Verzeichnis



Gesellschaft und Leben



Kultur



Gesundheit und Fitness



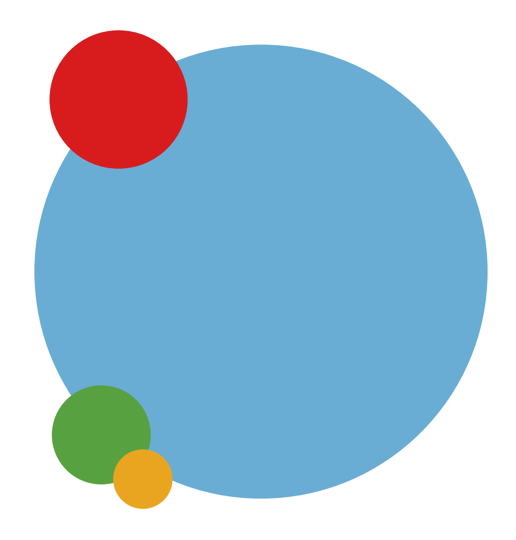
Sprachen



Beruf und Bildung



Grundbildung/Spezial





Unser neuer vhs-Markenauftritt wurde ausgezeichnet. Der Deutsche Volkshochschul-Verband ist Preisträger des iF communication design award 2014. Die Auszeichnung wurde dem DVV in der Kategorie Kommunikationsdesign für das neue Corporate Design der Volkshochschulen verliehen.

Geschäftsstelle:
Gartenstraße 32 · 24534 Neumünster
Tel: 0 43 21 – 7 07 69-0
Fax: 0 43 21 – 4 19 96 99
Internet: www.vhs-neumuenster.de
eMail: info@vhs-neumuenster.de

Das Semester beginnt am 9. Februar 2015

Ein Anmeldeformular finden Sie auf der Seite 64.

Unterrichtsfreie Zeiten
(wenn beim Kurs nicht anders angegeben):

Osterferien:	01.04.–17.04.2015
Himmelfahrt:	14. und 15.05.2015
Pfingstmontag:	25.05.2015
Sommerferien:	20.07.–28.08.2015

vhs Geschäftszeiten:
Montag bis Freitag 10:00–12:00 Uhr
zusätzlich nachmittags:
Dienstag 14:00–17:00 Uhr
Donnerstag 16:00–19:00 Uhr

Sie erreichen uns:
vhs-Geschäftsstelle
Anmeldung und Beratung zu Kursangeboten und Vorträgen
Telefon 04321/707 69-0

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage:
www.vhs-neumuenster.de

Zeichen-Legende

- BU Bildungsfreistellungsveranstaltungen (Bildungsurlaub)
- NEU Kurse, die erstmalig angeboten werden
- M Muße-Kurse: Freies Lerntempo (auch für Ältere geeignet)
- V Vorträge

Veranstaltungsorte:

Deutscher Verband für Schweißtechnik (DVS)
Roonstr. 90, 24537 Neumünster
Fotostudio Werkraum
Otto-Hahn-Str. 2
24537 Neumünster
Friedrich-Ebert-Krankenhaus
Friesenstr. 11
24534 Neumünster
Fröbelschule
Flensburger Str. 9
24537 Neumünster
Gemeinschaftsschule Faldera
Franz-Wiemann-Str. 18a, 1. Stock
(Zufahrt: Pöppelmannsweg)
24537 Neumünster
Haus Berlin
Pestalozziweg 22
24536 Neumünster
Haus Gadeland
Segeberger Str. 65
24539 Neumünster
Jugendverband Neumünster
(JVN), Boostedter Str. 3
24534 Neumünster
Kunstlabor der Herbert-Gerisch Stiftung
Hauptstr. 8, 24536 Neumünster
Museum Tuch + Technik
Kleinflecken 1
24534 Neumünster
Ruderclub Neumünster
Strandallee 7
24536 Einfeld
Stadtbücherei Neumünster
Wasbeker Str. 14–20
24534 Neumünster
Stadthalle Neumünster
Kleinflecken 1
24534 Neumünster
SHEFF-Z
Justus-von-Liebig-Str. 4a
24537 Neumünster
Sternwarte der vhs, im Haus der DRK-Fachklinik Hahnknüll
Hahnknüll 58, 24537 Neumünster
Villa Wachholtz (Herbert-Gerisch Stiftung/Skulpturenpark)
Brachenfelder Str. 69
24536 Neumünster
Volkshochschule
Gartenstr. 32, 24534 Neumünster

Für die Exkursionen und Besichtigungen ist der Veranstaltungsort jeweils unter dem Kurs angegeben.

Weitere Kooperationspartner:
Brücke Neumünster gGmbH, Brücke Schleswig-Holstein, Deutsche Gesellschaft für Schweißtechnik (DGS), DRK-Tagesklinik, Fachdienst Kinder und Jugend der Stadt Neumünster, Friedrich-Ebert-Krankenhaus (FEK), Haus Berlin, Jugendverband Neumünster e.V., Kulturbüro der Stadt Neumünster, Künstlerhaus Stadttöpferei Neumünster, Herbert-Gerisch Stiftung, Museum Tuch + Technik, Musikschule Neumünster e.V., Seniorenbüro der Stadt Neumünster, Tagesklinik Neumünster gGmbH, S-H Universitätsgesellschaft Sektion Neumünster, Stadtbücherei Neumünster, Ruderclub Neumünster e.V., Landesverband der Volkshochschulen in Schleswig-Holstein, die Volkshochschulen Bad Segeberg, Bordesholm-Wattenbek, Hohenwestedt, Nortorf und Norderstedt, Untere Denkmalschutzbehörde der Stadt Neumünster, Wirtschaftsagentur Neumünster und die durch Anzeigen in diesem Heft vertretenen Firmen.



Parkplatz
Wittorfer Straße 63

Das vhs-Team stellt sich vor...



Von links: Juliane Laudenbach, Michaela Hoppe, Marianne Harms, Dr. Björn Otte, Kirsten Welt, Thorsten Kehl, Inken Gripp

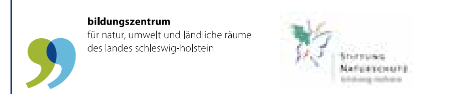


Im Rahmen des Aktionsmonats

„Naturerlebnis heimischer Tier- und Pflanzenwelt“

vom **3. – 31. Mai** in Zusammenarbeit mit dem Bildungszentrum für Natur, Umwelt und ländliche Räume des Landes Schleswig-Holstein und dem Landesverband der Volkshochschulen in Schleswig-Holstein.

Ausführliche Informationen auf Seite 11 + 12.





vhs

Alle Kurse aus diesem Programmheft, die für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren zur Verfügung stehen, können mit Leistungen für Bildung und Teilhabe gefördert werden.

Die Kursgebühren können mit vorhandenem Guthaben der Bildungskarte beglichen werden. Die Bildungskarte wird von der gemeinsamen Anlaufstelle Bildung und Teilhabe im Jobcenter Neumünster ausgestellt.







Grußwort

vom ersten Stadtrat
Günter Humpe-Waßmuth

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

das Titelbild des aktuellen Volkshochschulprogramms zeigt die Skulptur „Unser Glückswächter“, die im letzten Sommer im Projekt „talentCAMPus“ an der Volkshochschule entstanden ist. Gemeinsam mit Wilhelm Bühse von der Gehrisch-Stiftung hat eine Gruppe von minderjährigen unbegleiteten Flüchtlingen eine übermenschlich große Skulptur erschaffen und das Thema ist Glück.

Glück entsteht zum Beispiel, wenn Menschen mit anderen Menschen friedlich zusammenarbeiten, gemeinsam etwas gestalten und miteinander ebenso wie voneinander lernen. Man entdeckt Dinge, man diskutiert, ist vielleicht nicht immer einer Meinung, doch man findet Kompromisse, sodass schließlich jede und jeder einzelne einen Beitrag gegeben hat, für sich einen Erfolg erzielt hat und sich mit dem Ergebnis der Gruppe identifizieren kann. Glückswächter sind dann alle füreinander und ein Glückswächter ist auch das Produkt der gemeinsamen Arbeit.

Anlass zur Arbeit in der Gruppe bietet jedes der fast 400 Volkshochschulangebote im Frühjahr und Sommer 2015, etwa Sprach- und Kommunikationskurse; kreatives Gestalten – Modedesign, Drehbuchschreiben und vieles mehr; Fortbildungen für diejenigen, die unterschiedlichste Gruppen anleiten – Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in KITAs oder auch Führungskräfte in Betrieben; oder „Singen kann jede(r) - Singen für Nicht-Singer“. Dass Singen glücklich macht, ist inzwischen bekannt. Ein besonderer Erfolg – und damit auch Glück – ist auch ein Zertifikat, nach einer Sprachprüfung oder mit einem Schulabschluss im zweiten Bildungsweg.

In diesem Sinne: Viel Glück!

Ihr Günter Humpe-Waßmuth
(Erster Stadtrat)

Aktiv-Wochen für Ältere 2015

08.03. – 28.03.2015

Freuen Sie sich auf ein vielfältiges Veranstaltungsprogramm unter dem Motto „Alter spielt keine Rolle – Generationen miteinander!““

Das Programm erhalten Sie auch in der vhs

AGIL ab55
Aktivität ■ Geselligkeit ■ Information ◆ Lebensfreude

Die vhs Neumünster ist Mitglied im Landesverband der Volkshochschulen Schleswig-Holsteins e. V. und darüber qualitätstestiert.





Die vhs Neumünster ist seit August 2010 zugelassener Träger für die Förderung der beruflichen Weiterbildung nach dem Recht der Arbeitsförderung.



Veranstaltungskalender

Alle Themen und Termine auf einen Blick

Wir bitten um telef. Anmeldung unter 7 07 69-0 (auch auf Anrufbeantworter möglich)

Januar

13.01. **Reisevortrag: Island**
19:00 Uhr Seite 10

13.01. **Universitätsgesell.: Klimawandel**
19:30 Uhr Seite 8

19.01. **Infoveranstaltung Legasthenie**
19:00 Uhr Seite 69

21.01. **Cambridge Prüfungen (Schwerpunkt Business English)**
17:30–19:00 Uhr Seite 42

22.01. **Sprachberatung**
17:30–19:00 Uhr Seite 42

25.01. **Lesung: „Theodor Fontane“**
15:00 Uhr Seite 16

29.01. **PC-Beratung (PC-Raum)**
17:30–19:00 Uhr Seite 51

Februar

10.02. **Infoveranstaltung Sportbootführerschein See und Binnen**
19:30 Uhr Seite 12

15.02. **Philosophisches Café**
11:00 Uhr Seite 9

20.02. **Führung Herbert-Gerisch-Stiftung: „Hinter den Kulissen einer Ausstellung“**
15:00 Uhr Seite 18

21.02. **Stadtrundgang: Hans Fallada (Treffpunkt Haupteingang Stadthalle)**
15:00 Uhr Seite 17

22.02. **Neumünster Quiz**
15:00 Uhr Seite 10

24.02. **Clever Energie sparen!**
15:00 Uhr Seite 14

24.02. **Drogenprävention für Eltern und Pädagogen**
19:00 Uhr Seite 7

25.02. **Vortrag: Triggerpoint Methode**
19:00 Uhr Seite 37

25.02. **Vortag: Mobbing/Cybermobbing**
19:00 Uhr Seite 7

25.02. **Lebensmittelsicherheit**
19:15 Uhr Seite 14

März

01.03. **Vortrag: Max Liebermann**
15:00 Uhr Seite 17

03.03. **Vortrag Demenz**
19:00 Uhr Seite 27

04.03. **Trialog: Was ist eine Psychose?**
19:00 Uhr Seite 37

04.03. **Vortrag: 5-Elemente Ernährung**
19:00 Uhr Seite 38

06.03. **Mit Freude ins Traumhaus**
19:30 Uhr Seite 14

08.03. **Frauenbilder in China**
15:00 Uhr Seite 7

10.03. **Universitätsgesellschaft: Energiespeicherung**
19:00 Uhr Seite 8

11.03. **Vortrag: Siedlungsbau des frühen 20. Jahrhunderts in Neumünster**
19:00 Uhr Seite 18

12.03. **Vortrag: Tschaikowskys Ballettmusiken (Stadtbücherei Neumünster)**
19:00 Uhr Seite 21

13.03. **Ein Garten mit Tieren: Nisthilfen**
18:15 Uhr Seite 12

15.03. **Weißrussland**
15:00 Uhr Seite 10

16.03. **Vortrag: Fettbewusste Ernährung**
19:00 Uhr Seite 38

17.03. **Infoveranstaltung FSJ/BFD**
18:00 Uhr Seite 8

19.03. **Erzählfrühstück - Trümmer, Schwarzmarkt, Wohnungsnot (Museum T+T)**
10:00 Uhr Seite 17

20.03. **Besichtigung Druckzentrum Büdelsdorf**
20:00 Uhr Seite 14

21.03. **Stadtrundgang Hamburg: Speicherstadt/Hafencity**
10:00 Uhr Seite 13

22.03. **Philosophisches Café**
11:00 Uhr Seite 9

22.03. **Vortrag: Exilliteratur**
15:00 Uhr Seite 16

24.03. **Kommunikation und Verhandlungskunst in der Familie**
19:00 Uhr Seite 9

26.03. **Verstehen Sie Ihren Hund?**
18:00 Uhr Seite 10

26.03. **Info Mittlerer Schulabschluss**
17:00 Uhr Seite 68

29.03. **Vortrag: Edward Hopper**
15:00 Uhr Seite 16

April

15.04. **Täuschung durch Lebensmittel (Bürgercafé Gadeland)**
09:30 Uhr Seite 14

19.04. **Plattdeutsche Lesung**
15:00 Uhr Seite 15

20.04. **Vortrag FEK: Depression nach Schlaganfall**
19:00 Uhr Seite 27

22.04. **Frühkindliche Reflexe**
19:00 Uhr Seite 8

26.04. **Philosophisches Café**
11:00 Uhr Seite 9

26.04. **Altern in China**
15:00 Uhr Seite 8

26.04. **Mittmachkonzert: 5 Jahre Singkreis „Singen kann jede(r)“**
15:00 Uhr Seite 36

28.04. **Info Pflegefamilie werden**
19:00 Uhr Seite 7

Mai

03.05. **Kräuterführung am Segeberger See**
10:20 Uhr Seite 11

06.05. **Trialog: Was kann ich tun, wenn ein Angehöriger psychisch erkrankt?**
19:00 Uhr Seite 37

07.05. **Museum zum Kaffee: Lili Marleen (Museum Tuch + Technik)**
15:00 Uhr Seite 18

09.05. **Kräuterführung in Faldera**
14.30 Uhr Seite 11

10.05. **Dia-Reisevortrag Nordamerikanische Nationalparks**
15:00 Uhr Seite 10

12.05. **Stadtrundgang Hamburg: Ohlsdorfer Friedhof**
10:00 Uhr Seite 13

14.05. **Kräuterführung in Aukrug**
11:00 Uhr Seite 12

24.05. **Führung Dosenmoor**
10:00 Uhr Seite 12

Juni

04.06. **Museum zum Kaffee: European Art Quits VIII (Museum T+T)**
15:00 Uhr Seite 18

13.06. **Fotorallye durch Neumünster**
09:00 Uhr Seite 24

24.06. **Vortrag: Nord Art 2015**
18:00 Uhr Seite 18

27.06. **Stadtrundgang: Architektur in Neumünster**
14:30 Uhr Seite 17

Juli

09.07. **Fahrt zur NordArt 2015**
10:00 Uhr Seite 18

09.07. **Märchenabend für Erwachsene**
19:30 Uhr Seite 16

16.07. **Info Externer Erster Allgemeinbildender Schulabschluss**
17:00 Uhr Seite 68

Bildungsurlaub

auf einen Blick

Vollständige Informationen zum Veranstaltungsinhalt finden Sie im Programm unter der angegebenen Veranstaltungs-Nummer!

Die Bildungsurlaubs-Veranstaltungen sind freistellungsberechtigt nach § 20 BFQG Schleswig-Holstein bzw. ihre Freistellungsberechtigung ist beim zuständigen Ministerium beantragt. Seit 1990 hat in Schleswig-Holstein jede Arbeitnehmerin und jeder Arbeitnehmer einen gesetzlichen Anspruch auf 5 Tage bezahlte Freistellung zur Teilnahme an einer anerkannten Bildungsveranstaltung. Wenn die Freistellung mindestens 6 Wochen vor Kursbeginn beim Arbeitgeber beantragt wird, kann diese nur aus berechtigten beruflichen oder sozialen Gründen versagt werden und ist dann auf das folgende Jahr übertragbar. Für weitere Fragen stehen wir zu den Beratungszeiten gern zur Verfügung.

Das Aktenzeichen der Freistellungsanerkennung erhalten Sie mit der Anmeldebestätigung.
Beratung und Information unter 0 43 21 – 70 76 90

- 50205 Fit fürs Büro mit Word und Excel 2010
- 50255 Arbeiten mit Office 2010 für Umsteiger und Autodidakten
- 30154 Eine Woche mit Qigong



Politik – Gesellschaft Umwelt

vhs: Demokratische Orte des Lernens

Die Volkshochschulen verstehen sich seit ihrer Gründung als demokratische Orte des sozialen und politischen Lernens. Ein besonderer Stellenwert kommt dabei der politischen Bildung zu, die weder Belehrung noch Parteipolitik verfolgt und die allgemeines Engagement für demokratische Werte, Menschenrechte und gegen Fundamentalismus fördert. In den angebotenen Lernräumen können Urteilsfähigkeit und Handlungskompetenzen erfahren und entwickelt werden. Das Programmangebot des Fachbereichs „Politik – Gesellschaft – Umwelt“ ist breit angelegt und umfasst sowohl politische, soziale, ökonomische, ökologische, rechtliche als auch geschichtliche, psychologische und pädagogische Themen. Bildung für nachhaltige Entwicklung, Umweltbildung und Globales Lernen sind wesentliche gesellschaftliche Aufgaben. Die Volkshochschulen halten hier ein breites Angebot zur Information, Diskussion und zum aktiven Handeln vor. Die Veranstaltungen sind geprägt durch offenen Gedankenaustausch zwischen engagierten Menschen, in sachlichen und kontroversen Diskussionen, zur gemeinsamen Erarbeitung von Kenntnissen und Hintergrundinformationen, mit spannenden und kreativen Methoden.

V **10003V**

Zum Internationalen Frauentag: Frauen und Frauenbilder in China

„Chinesische Frauen sind viel emanzipierter als deutsche!“ Mit dieser Bemerkung verblüffte mich eines Tages eine chinesische Kollegin. Hat sie Recht? Der Eindruck von Frauen in China ist widersprüchlich. Einerseits hört und liest man von Geringschätzung und Unterdrückung, andererseits sind chinesische Frauen im Alltag überall präsent und in weit höherem Maße berufstätig und finanziell unabhängig als in Deutschland. Im neuen China findet man sowohl aufopferungsvolle Mütter als auch selbstbewusste Unternehmerinnen, erfahrene Naturwissenschaftlerinnen und junge Mädchen, die (wieder) von einem Leben als Hausfrau träumen. Die Vorstellungen, wie Frauen sind oder sein sollten, waren in China im Laufe der letzten hundert Jahre extremen Wandlungen unterworfen und prallen heute aufeinander. Der Vortrag geht den unterschiedlichen Frauenbildern nach und zeigt, anhand von konkreten Beispielen, welche Möglichkeiten und Grenzen sie realen Frauen geboten haben und bieten.

Martina Bölck
Sonntag, 8.3.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V **10004V**

Kinder brauchen ein Zuhause – Pflegefamilien gesucht!

Ein Pflegekind aufzunehmen ist ein wertvolles Geschenk, für beide Seiten. Pflegemütter und Pflegeväter tragen eine besondere Verantwortung. Die Entscheidung für diese wichtige Aufgabe setzt die Klärung vieler Fragen voraus. Was müssen Pflegeeltern können? Sind wir geeignet? Wie schwierig sind die Kinder? Bekommt man dafür auch Geld? Welche Unterstützung gibt es? Was ist Bereitschaftspflege? Diese und andere Fragen rund um Pflegekinder und Pflegefamilien werden in dieser Informationsveranstaltung beantwortet.

Wiebke Broszeit-Kruse
Dienstag, 28.4.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, 2,00 €

V **10005V**

Den Blick schärfen... – Keine Chance für Drogen bei Kindern und Jugendlichen

Informationen für Eltern, Pädagogen und Lehrer

Gerade Kinder und Jugendliche sind besonders anfällig für Süchte, da sie sich sowohl körperlich als auch psychisch und seelisch in der Entwicklung befinden. Außerdem können sie in der Regel nicht auf die nötige Lebenserfahrung zurückgreifen, die davor bewahren kann, süchtig zu werden. Suchtprävention ist daher ein Thema, mit dem Eltern immer wieder in Berührung kommen. Im Volksmund heißt es „Kleine Kinder - kleine Sorgen, große Kinder – große Sorgen“. Manche Sorgen lassen sich verringern, wenn man gut informiert ist. Dieser Vortrag informiert Eltern, Pädagogen und Lehrer über die Wirkweise der gängigen Drogen und sensibilisiert für das Erkennen und Thematisieren erster Anzeichen. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit Fragen zu stellen.

Kai Peter Lüthje
Dienstag, 24.2.15, 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 6,00 €

V **10006V**

Mobbing am Arbeitsplatz/ Cybermobbing

Sie bekommen an diesem Abend einen detaillierten Einblick sowohl in die Ursachen des Mobbings/Cybermobbings als auch in deren Konsequenzen sowie mögliche Gegenmaßnahmen. Die drei Referenten (ein Fachanwalt für Arbeitsrecht, ein Mobbingberater sowie ein Mediziner) zeigen tatsächliche und rechtliche Aspekte dieses umfangreichen und stetig in der Zahl der Betroffenen anwachsenden Themas sowohl im Arbeitsfeld als auch im Privatleben auf. Der Vortrag erhält eine besondere Aktualität durch den Bezug zum Internet und den Auftrittsformen von Mobbing dort sowie den Möglichkeiten, auch dort wirksam entgegenwirken zu können. Wenn Sie mit Mobbingsituationen konfrontiert sind, versuchen Sie auch den Ursachen und Auswirkungen einer evtl. körperlichen Benachteiligung nachzugehen.

S.-B. Meier, W. Spinzig, Dr. J. Frey
Mittwoch, 25.2.15, 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

Der Vortrag Cybermobbing ist besonders für Pädagogen und Schüler/-innen empfehlenswert!

10107V

Altern in China

Für Konfuzius stand fest: Das Alter ist die Zeit der persönlichen Reife, die Jüngeren haben die Älteren zu respektieren, und es ist die Aufgabe der Kinder für die Eltern zu sorgen. Seitdem sind zweieinhalbtausend Jahre vergangen und die chinesische Gesellschaft hat sich - schon allein in den letzten 30 Jahren - stark verändert. Die Zahl der alten Menschen wächst, die Familienstrukturen verändern sich und die Lebensvorstellungen der Jüngeren stimmen mit denen der älteren Generation nur noch bedingt überein. Trotzdem ist die Familie weiterhin ein wichtiger Faktor und die konfuzianischen Werte werden immer noch hochgehalten. Wie passt das alles zusammen? Wie leben alte Menschen in China und welche Rolle spielen sie in der Gesellschaft? Telefonische Anmeldung erforderlich (707690).

Martina Bölck
Sonntag, 26.4.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €, > 65 J.: 6,00 €
(inkl. Kaffee und Kuchen)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

10001V

Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) und Bundesfreiwilligendienst (BFD): Informationsveranstaltung für Interessierte durch die PARITÄTISCHEN Freiwilligendienste

Die PARITÄTISCHEN Freiwilligendienste bieten landesweit über 400 FSJ- und BFD-Stellen von der Kinderbetreuung bis zur Altenpflege, von der Suchthilfe bis zum Sportverein an.
Die Freiwilligendienste bieten einen Einblick in die (soziale) Arbeitswelt, helfen bei der Berufsorientierung und können als Wartezeit, etwa für ein Studium, angerechnet werden. Die pädagogische Begleitung der Freiwilligen ist uns wichtig. Seminartage und individuelle Begleitung stärken die Kompetenzen der jungen Menschen. Die Teilnehmer/-innen im FSJ und BFD erhalten ein Taschengeld sowie Zuschüsse für Unterkunft und Verpflegung – insgesamt mindestens 454 € im Monat. Sie werden während dieser Informationsveranstaltung Gelegenheit haben, sich über die Inhalte, den Ablauf, über verschiedene Tätigkeiten und Einsatzstellen im FSJ und BFD in Ihrer Region zu informieren. Gerne können Sie auf dieser Veranstaltung alle Fragen stellen, die sich bisher für Sie ergeben haben. Informationen zu den Freiwilligendiensten finden sie vorab im Internet unter www.fsj-sh.org bzw. www.bfd-sh.org.

Dienstag, 17.3.15, 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, 2,00 €

10206

Gesprächskreis – Politik Aktuell
Thema: Geschichte der Bundesrepublik Deutschland I

Vor dem Hintergrund deutscher Geschichte muss man sagen: Alt ist sie geworden, unsere Republik, dabei sehr lebendig und immer wieder für Überraschungen gut. Ihre Geschichte ist auch unsere Geschichte. Auf vielfältige Weise hat sie unser persönliches Leben geprägt. Den politischen, gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Spuren ein wenig zu folgen, soll Thema des Gesprächskreises sein.

Ulrich Grode
dienstags, ab 10.2.15, 09:30 - 11:00 Uhr, 10x, Volkshochschule, 53,00 €

Senioren-Arbeitskreis
„Stadtgeschichte Neumünster im 20. Jahrhundert“
„Erlebte Geschichte – erzählte Geschichten“
Referent: Dr. Alfred Heggen (Historiker)
ab 10.02.2015, 15.00 Uhr – 17.00 Uhr
Haus der Caritas, Seniorenbegegnungsstätte, Linienstr. 1
24534 Neumünster
Anmeldungen unter 04321/14966
Kosten: 2,00 € (inklusive Kaffee und Kuchen)

BE 10211VJ

Climate Engineering – Notoperation gegen den Klimawandel?

In Kooperation mit der Schleswig-Holsteinischen Universitäts-Gesellschaft – Sektion Neumünster

Um eine Erwärmung von mehreren Grad in diesem Jahrhundert zu vermeiden, wäre eine enorme Reduktion unserer CO_2-Emissionen erforderlich. Selbst wenn dies gelingen sollte, könnte es zu katastrophalen Klimaänderungen kommen. Mit Geoengineering werden technische Maßnahmen bezeichnet, die dem Klimawandel entgegenwirken sollen, indem sie entweder den CO_2-Gehalt der Atmosphäre oder die solare Einstrahlung verringern (u.a. Aufforstung, Düngung von Meeresgebieten, Aerosolausbringung in der hohen Atmosphäre, Sonnenreflektoren im Weltall). Es wird schließlich diskutiert, welche Bedingungen an die Erforschung und den Einsatz solcher Methoden gestellt werden sollten.

Prof. Dr. Andreas Oschlies
Dienstag, 13.1.15, 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 5,00 €, Kostenfrei für Mitglieder der Universitätsgesellschaft

10210V

Energiespeicherung – die Herausforderung bei der Energiewende

In Kooperation mit der Schleswig-Holsteinischen Universitäts-Gesellschaft – Sektion Neumünster

Um das ehrgeizige Ziel zu erreichen, unsere Energieversorgung weitestgehend auf erneuerbare Quellen umzustellen, werden leistungsfähige Energiespeicher benötigt. In dem Vortrag werden die bekannten, etablierten Techniken kurz besprochen sowie neue Ansätze vorgestellt und deren Tauglichkeit für die Lösung der anstehenden Probleme diskutiert.

Prof. Dr. Volkmar Helbig
Dienstag, 10.3.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, 5,00 €, Kostenfrei für Mitglieder der Universitätsgesellschaft

10608V

Was können Ursachen dafür sein, dass mein Kind durch sein Verhalten in der KiTa/ in der Schule auffällt?

Nicht immer sind zu hoher TV- oder Zuckerkonsum Ursache, nicht immer steckt ein AD(H)S dahinter. Jeder Mensch hat bereits im Mutterleib primitive Reflexe, einige kommen mit der Geburt noch hinzu. Sie sind das Fundament unserer Entwicklung, sowohl körperlich, wie auch geistig. Mit dem Fortschreiten der Hirnentwicklung benötigt der Mensch diese frühkindlichen Reflexe nicht mehr, sie werden durch willkürliche Bewegungen oder Halte- und Stellreaktionen abgelöst (gehemmt). Wir wissen, dass bei vielen Kindern mit den unterschiedlichsten Auffälligkeiten noch nicht gehemmte frühkindliche Reflexe wirken. Was sind frühkindliche Reflexe und welche Folgen können nicht gehemmte Reflexe bei Kindern haben? Die Neurophysiologische Entwicklungsförderung INPP beschäftigt sich mit der Erfassung neurophysiologischer Ursachen von Lern-, Verhaltens- und Entwicklungsstörungen bei Kindern und Jugendlichen.

Lilli König
Mittwoch, 22.4.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, 6,00 €



10612

„Babysitter werden fitter...“
Babysitter-Kurs mit Zertifikat

Babysitter zu sein ist eine Aufgabe, die viel Spaß macht, aber auch mit Verantwortung verbunden ist. Dieser Kurs wendet sich an alle, die sich vorstellen können, als Babysitter tätig zu werden oder es bereits sind. Ob im Rahmen eines Au-pair-Jahres, im Nebenjob oder generell im Umgang mit Kindern oder Enkeln: eine solide Grundausbildung ist sehr wichtig. Inhalt dieses Kurses sind Entwicklung, Ernährung, Pflege, Krankheiten, Erste-Hilfe-Maßnahmen, auffällige und problematische Verhaltensweisen, Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten, Versicherungsschutz und Aufsichtspflicht. Die Teilnehmer/innen erhalten ein Zertifikat in deutscher (und auf Wunsch in englischer) Sprache. Eine Teilnahme am „Der Erste Hilfe Kurs am Kind“ (beim JVN) ist möglich (Gebühr 25,00 €). Nach erfolgreichem Abschluss besteht die Möglichkeit in die „Babysitter-Datei“ des Familienzentrums Schwedenhaus aufgenommen zu werden. Erforderlich dafür ist auch ein erweitertes polizeiliches Führungszeugnis.

Birgit Kasimir
samstags, 21.2., 21.3. und 18.4.15
jeweils 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 63,40 €

V 10701V

Kommunikation und Verhandlungskunst

Sich in der Familie zu verständigen und gültige Absprachen zu treffen, gestaltet sich manchmal gar nicht so einfach. An diesem Abend tauschen Sie sich theoretisch und praktisch darüber aus, welche Wege und Methoden dabei helfen können, mit der Familie Abmachungen zu treffen und eine Einigung zu erzielen, die für alle leichter einzuhalten ist.

Franka Jahn
Dienstag, 24.3.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €

10702

Rhetorik und Kommunikation – Das Kompetenztraining am Wochenende

Eine grundlegende Orientierung mit praktischen Übungen im freien Sprechen und sicheren Auftreten. Die persönlichen Stärken werden individuell herausgearbeitet.
Schwerpunkte dieses Wochenendes sind:

- Sicher auftreten - Lampenfieber nutzen
- Richtiges Atmen und Sprechen
- Wichtige Kommunikationsmodelle
- Fragetechnik und Argumentation
- Redeaufbau und -vorbereitung
- Behaupten in Diskussionen
- Nach Wunsch auch Gespräche mit Chefs und Mitarbeiter/-innen (z.B. Kritik- und Konfliktgespräche)
- Kundenpräsentationen und -reklamationen
- Gruppen- und Einzelübungen mit Rückmeldung, Medien, Demonstration und Erfahrungsaustausch

Torsten Bentfeld
Samstag, 28.3.15, 10:00 - 18:00 Uhr und
Sonntag, 29.3.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 72,40 € (Plus 5,00 € für Material – bitte direkt bei der Kursleitung bezahlen).

10707

„Lassen Sie uns einen guten Stil pflegen...“ – Sicher Auftreten durch zeitgemäße Umgangsformen

Gute Tischmanieren und stilvolles Verhalten im Restaurant sowie zeitgemäße Umgangsformen entscheiden nicht nur über Akzeptanz und Beliebtheit im Privatleben, sondern auch über Erfolgschancen im Beruf. Doch auch bei einer „guten Kinderstube“ treten häufig Fragen auf: In welcher Reihenfolge benutze ich das Besteck bei einem mehrgängigen Menü? Was ist z.B. ein „Amuse gueule? „Keinen Rotwein zum Fisch“ – gilt das heute noch? Wer probiert den bestellten Wein? Darf man Spargel mit dem Messer schneiden? An diesem Abend haben Sie Gelegenheit, Ihr Know-How aufzufrischen und sich über stilvolles Verhalten bei Tisch und die aktuellsten Umgangsformen zu informieren.

Marianne Harms
Freitag, 26.6.15, 18:15 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 17,00 €

Vorträge und Einzelveranstaltungen

kosten Eintritt.
Den bezahlen Sie problemlos direkt vor Beginn der Veranstaltung im Vortragsraum. Eine Abbuchung vom Konto erfolgt nicht.



Philosophisches Sonntags-Café

Die neue Lust an Philosophie in unserer Gesellschaft ist mittlerweile auch in den zahlreichen Philosophischen Cafés zu erleben, die seit dem Gründungsimpuls aus Paris im Jahre 1992 überall in der Welt entstanden sind. Philosophie für alle - so lautete das Motto - und seit dem Herbst 2004 liefert auch das Philosophische Sonntags-Café der vhs-Neumünster seinen Teilnehmer/-innen regelmäßig Impulse und Aspekte zur Meinungsbildung und zur Beschäftigung mit den eigenen Haltungen und Grundüberzeugungen zu diversen, meist aktuellen philosophischen Themen. Auch in diesem Semester sind wieder drei Zusammenkünfte vorgesehen. Themenwünsche der Teilnehmer/-innen können gerne geäußert werden.
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert. Telefonische Anmeldung erwünscht (707690).

V 10801V

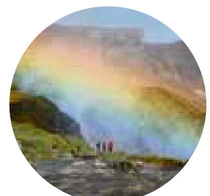
Dr. phil. Roland Daube
Sonntag, 15.2.15, 11:00 - 13:15 Uhr
Volkshochschule, 6,00 €

V 10802V

Dr. phil. Roland Daube
Sonntag, 22.3.15, 11:00 - 13:15 Uhr
Volkshochschule, 6,00 €

V 10803V

Dr. phil. Roland Daube
Sonntag, 26.4.15, 11:00 - 13:15 Uhr
Volkshochschule, 6,00 €



Reisevortrag

BE 11005JV

Reisevortrag: „Insel aus Feuer und Eis“ - Fantastische Bilder von einer begleiteten Selbstfahrerreise durch Island

Die beeindruckende Pkw-Selbstfahrerreise beginnt und endet in Islands Hauptstadt Reykjavik und führt einmal im Uhrzeigersinn um die wunderschöne Insel im Norden Europas herum. Die facettenreiche Traumreise in Bildern zeigt viele bekannte und unbekannte Gesichter Islands. Der Goldene Kreis, die Blaue Lagune, die einsamen Westfjorde und das sagenhafte Hochland um Thorsmörk und Landmannalaugar sind nur einige Teile des unterhaltsamen Vortrages von André Pflanz, der bereits etliche Male mit seinen Vorträgen bei uns zu Gast war.

André Pflanz
Dienstag, 13.1.15, 19:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690).

11002V

Immer wieder sonntags...
Eine Reise durch die nordamerikanischen Nationalparks

Seit der Gründung des Yellowstones, dem weltweit ersten Nationalpark, haben sich diese schützenswerten Gebiete zu wahren Touristenmagneten entwickelt. Besonders nordamerikanische Nationalparks ziehen Jahr für Jahr Millionen von Besuchern an. An diesem Nachmittag werden die Schönheiten und Besonderheiten der Nationalparks des nordamerikanischen Festlandes vorgestellt. Der Vortrag zeigt eine virtuelle Reise quer durch die USA, vorbei an beeindruckenden Landschaften durch verschiedene Indianerreservate bis hin zu den heißesten Regionen der Erde. Ganz nebenbei werden Sie mit dem alltäglichen Leben der ersten Pioniere ein Stück „Wilden Westen“ kennenlernen. Daneben werden nützliche Tipps für die Organisation einer eigenen Reise gegeben.

Dr. Rebecca Pflüger
Sonntag, 10.5.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €, >65 Jahre: 6,00 €
Gebühr beinhaltet Kaffee, Tee und Kuchen
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690).

11003V

Immer wieder sonntags...
Begegnungen in und mit Weißrussland

Damit Belarus – Weißrussland kein weißer Fleck auf Ihrer inneren Landkarte bleibt, können Sie an diesem Nachmittag mit Musik und Bildern einen kleinen Einblick in dieses Land bekommen. Bei Tee, typischem Gebäck und Süßigkeiten führt Sie ein Bericht nach Belarus – nach Minsk und in ein kleines Dorf (Rosica) nahe der lettischen Grenze. Eine Gruppe von 11 Freiwilligen im Alter zwischen 20 und 70 Jahren hat dort in einem „Sommerlager der Aktion Sühnezeichen/Friedensdienste“ gemeinsam mit weißrussischen Freiwilligen Wohnungen von ehemaligen Zwangsarbeiter/-innen geputzt und renoviert und dabei nicht nur die weißrussische Gastfreundschaft sondern auch ihre Geschichte im zweiten Weltkrieg, verschiedene Formen der Erinnerungskultur und natürlich viele Menschen unterschiedlichen Alters kennengelernt.
Bei Bedarf kann für gehbehinderte Menschen aus Neumünster ein Transportdienst gestellt werden – Bitte unbedingt bis 26.02.15 telefonisch über die vhs anfordern: 707690.

Dr. Renate Richter
Sonntag, 15.3.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €, >65 Jahre: 6,00 €
Gebühr beinhaltet Kaffee, Tee und landestypisches Gebäck
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690).

11006V

Immer wieder sonntags...
Wer kennt Neumünster am besten?

Für alle Neumünster-Kenner und die, die es werden wollen, gibt es wieder die Gelegenheit, in Vierergruppen zu raten und zu gewinnen. Nachdem in der ersten Phase der Veranstaltung 30 Bilder von Straßenzügen, Häusern und Details gezeigt worden sind, kann man im Rateteam bei Kaffee und Kuchen über die Lösungsvorschläge nachdenken und diskutieren. Anschließend werden die Lösungen mit weiteren Informationen zur Geschichte und Architektur der Stadt preisgegeben. Jeder Teilnehmer kann nur gewinnen, denn nach dieser Veranstaltung werden Sie mit offeneren Augen durch Neumünster gehen.

Dr. Anette Falkenberg /
Susanne Bielenberg-Bruhn
Sonntag, 22.2.15, 15:00 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €, >65 Jahre: 6,00 €
Gebühr beinhaltet Kaffee, Tee und Kuchen
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690).

NEU **11206**

Wasserspiele – Experimente für junge Wissenschaftler rund ums Wasser für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren (und interessierte Erwachsene)

Habt ihr schon mal Wasser gespalten? Wieso schwimmt Metall? Wie bringt man Metall schneller zum rosten? Was lässt Flüsse schneller oder tiefer werden? Warum schadet das der Umwelt? Was ist eigentlich ein pH-Wert? Die Kursteilnehmer lernen anhand von vielen schnellen Experimenten zum Selbermachen, was zum Beispiel den Wellengang von Gewässern beeinflusst oder wie Tiere sich den Lebensumständen im Wasser anpassen. Ein Wasserquiz rundet dieses interaktive Seminar für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren sowie interessierte Erwachsene ab. Ziel des Nachmittags ist es, die Eigenschaften des Wassers eigenständig auf experimentielle Weise zu erkunden und die Bedeutung des Elementes Wasser für die Umwelt kennen zu lernen.

Dr. Rebecca Pflüger
Samstag, 11.4.15, 14:00 - 16:30 Uhr
8,20 €

11402V

„Verstehen Sie Ihren Hund?“ – Über das Ausdrucksverhalten unserer Vierbeiner

Freut sich Bello immer, wenn er mit der Rute wedelt? Ist es pure Lebensfreude, wenn Waldi jeden Besucher anspringt? Und warum legt Fiffi seinem Frauchen so „verliebt“ den Kopf auf den Schoß? Wissen Sie immer, was Ihr Hund Ihnen „sagen“ will? Und „versteht“ er jedes Wort? Dieser Themenabend gibt die Antworten! Mit viel Humor, mit Beispielen zum Lachen und Nachdenken – und trotz aller Erfahrung noch immer mit viel Verständnis für die allzu menschlichen Schwächen und Fehldeutungen von Herrchen und Frauchen entführt Sie D.O.G.S.-Coach Marc Lindhorst auf eine spannende und äußerst amüsante Entdeckungsreise in die Kommunikation und Körpersprache des Hundes. Wie verstehe ich meinen Hund? Wie mache ich mich verständlich? Lernen Sie Ihren treuen Gefährten besser kennen.



Wenn Sie nach diesem Themenabend nach Hause kommen, werden Sie Ihren Hund mit ganz anderen Augen sehen...

Marc Lindhorst
Donnerstag, 26.3.15, 18:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 10,00 €

NEU **11403**

Praxisseminar: Beobachtungstraining für Hundehalter – Körpersprache und Kommunikation

Folgen Sie uns auf eine spannende und amüsante Entdeckungsreise in die Kommunikation und Körpersprache von Hunden. Neben der Vermittlung von Grundinfos beobachten und analysieren Sie gemeinsam mit D.O.G.S.-Coach Marc Lindhorst das Verhalten der teilnehmenden Hunde, z.B. in einem Freilauf. Lernen Sie in diesem Seminar Ihren Hund besser zu verstehen, Situationen - auch mit anderen Vierbeinern - besser einzuschätzen und sich richtig zu verhalten.

Marc Lindhorst
Samstag, 18.4.15, 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, 45,00 €, Gebühr ist für Teilnahme von Hundehalter und Hund (max. 6 Teilnehmer mit Hund)
Teilnehmen können auch Interessierte ohne Hund. Gebühr: 15,00 € - bitte bei Anmeldung deutlich hinweisen, ob Teilnahme mit oder ohne Hund erfolgen sollen!

 **11500**

Ein gemeinsames Abenteuer erleben! Aktiv-Tag für Großeltern und Enkel (ab 10 Jahren)

Beim Aktiv-Tag für Großeltern und Enkel geht es um gemeinsames Erleben von Spaß, Spannung und Abenteuer in der Natur. Generationsübergreifend werden sehr einfache Grundlagen von essentiellen Überlebenstechniken (Wasser – Wärme – Nahrung – Schutz) erklärt. Zwischen den Kursthemen werden altersgerechte Spiele und Ruhephasen durchgeführt, der Spaß soll jederzeit im Vordergrund stehen!
Bitte mitbringen: Wetterangepasste, lange Kleidung, festes Schuhwerk, ggf. Regenbekleidung, ggf. Kopfbedeckung, 1 Liter Trinkwasser

Jan Eisfeldt
Samstag, 28.3.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: Margaretenhof,
24634 Padenstedt
26,60 € für Erwachsene, für Kinder/Jugendliche gilt der ermäßigte Preis von 20,20 €.

NEU **11502**

Survivaltraining für Einsteiger

In diesem Workshop geht es um das Kennenlernen von essentiellen Überlebenstechniken in der Natur, die mit wenigen Hilfsmitteln sichergestellt werden können. Mit einfachen und leicht zu verstehenden Übungen wird die Basis (Wasser - Wärme - Nahrung - Schutz) erklärt. Eine behördliche Überlebensausstattung zeigt exemplarisch die persönliche Zusammenstellung eines Survial-Kits. Durch Überlebenstraining ist die Natur sehr nah und wird als eine neue Art des Erlebens und der Erholung wahrgenommen. Eine realistische Überlebenssituation wird nicht dargestellt, der Spaß soll jederzeit im Vordergrund stehen.
Bitte mitbringen: Wetterangepasste, lange Kleidung, festes Schuhwerk, ggf. Regenbekleidung, ggf. Kopfbedeckung, 1 Liter Trinkwasser

Jan Eisfeldt
Samstag, 18.7.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: Margaretenhof,
24634 Padenstedt
26,60 € (Die Umlage für Lebensmittel, 2,00 €, bitte direkt beim Kursleiter bezahlen)

11503

Heilkräuter zwischen Haustür und Nachbarschaft

Der Einfluss der Jahreszeiten auf die Pflanzenwelt ist sehr stark. Von Woche zu Woche wechselt ihr Aussehen von nicht sichtbar bis zu üppig wachsend. Das ist ihre Natur. Lernen Sie an diesen vier Abenden die Heilkräuter kennen, die in der Zeit von April bis Juli in unserer Umgebung wachsen und erfahren Sie, wie wir sie verarbeiten können und welche Heilwirkungen sie auf unseren Körper und unsere Seele haben.
Wir werden zum richtigen Zeitpunkt über Ernte und Verarbeitungsmöglichkeiten (kleine einfache Rezepte) der Kräuter sprechen, sodass die Theorie gleich zuhause in die Praxis umgesetzt werden kann. Auch gibt es jedes Mal einige Kostproben zum Probieren sowie ein Skript mit den Hauptpflanzen des Monats zur Erinnerung. Wenn Sie dann die Pflanzen auch in der Natur kennenlernen wollen, haben Sie die Möglichkeit an der monatlichen Kräuterführungen (2. Samstag im Monat von April - Oktober) oder an einer der drei folgenden Führungen teilzunehmen.

Marianne Kleyer
dienstags, 7.4., 5.5., 9.6. und 7.7.15, 4x
jeweils 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 26,60 €



Veranstaltungen

im Rahmen des Aktionsmonats „Naturerlebnis heimischer Tier- und Pflanzenwelt“ vom 03.05.–31.05.15 in Zusammenarbeit mit dem Bildungszentrum für Natur, Umwelt und ländliche Räume des Landes Schleswig-Holstein und dem Landesverband der Volkshochschulen in Schleswig-Holstein.

 **11504V**

Kräuterführung um den Segeberger See

Kräuterführung rund um den Segeberger See. Treffpunkt entweder um 10:20 Uhr vor dem Haupteingang am Bahnhof Neumünster oder um 11:20 Uhr vor der Kirche St. Marien am Markt in Bad Segeberg. Wir wandern dann in ca. 4 Std. rund um den Segeberger See, machen unterwegs eine kleine Pause und würden dann um 16:00 Uhr den Zug nach Neumünster zurück nehmen.

Marianne Kleyer
Sonntag, 3.5.15, 10:20 - 17:00 Uhr
Treffpunkt: 10:20 Uhr vor dem Haupteingang am Bahnhof Neumünster (oder um 11:20 Uhr vor der Kirche St. Marien am Markt in Bad Segeberg). Gebühr: 10,00 €
(bitte direkt bei der Kursleitung bezahlen)
Kinder und Jugendliche nehmen kostenlos teil

 **11505V**

Kräuterführung in Faldera

Kräuterführung in Faldera entlang der Schwale und Stör zur Wittorfer Burg.

Marianne Kleyer
Samstag, 9.5.15, 14:30 - 17:30 Uhr
Treffpunkt: Fröbelschule in der Flensburger Str.
Gebühr: 10,00 €
(bitte direkt bei der Kursleiterin bezahlen). Kinder und Jugendliche nehmen kostenlos teil



V **11506V**

Kräuterführung in Aukrug

Wir wandern an der Bünzau entlang und machen unterwegs eine kleine Pause. Treffpunkt am Wanderparkplatz beim Segelflugplatz (oder, wer mit dem Fahrrad nach Aukrug fahren möchte, um 09:30 Uhr in der Ehndorfer Straße/Ecke Falderastraße). Dauer der Führung ca. 3–4 Std.

Marianne Kleyer
Donnerstag, 14.5.15, 11:00 - 15:00 Uhr
Treffpunkt: Wanderparkplatz beim Segelflugplatz, Gebühr: 10,00 €
(bitte direkt bei der Kursleiterin bezahlen). Kinder und Jugendliche nehmen kostenlos teil

V **11507V**

Auf schwingendem Boden zu Wollgras, Sonnentau und Rosmarinheide

Das geschieht auf einem Entdeckungsstreifzug durch das Dosenmoor, welches als Hochmoor durch seltene und besondere Pflanzen gekennzeichnet ist, die man im Wald, auf der Wiese und am Wegrand nicht findet. Warum z.B. finden wir den Sonnentau nur im Hochmoor? Einige Pflanzenarten treten dann aber großflächig auf und bestimmen so das Landschaftsbild. Man kann so aus großer Entfernung erkennen, welche Pflanze dort wächst.
Für die akustische Begleitung sorgen verschiedene Vogelarten, dabei auch bedrohte Arten, die auf naturbelassene weite Flächen angewiesen sind. Und: Wie gefährlich ist es im Moor? Kann es uns „verschlingen"? Ein Teil der Exkursion verläuft außerhalb der öffentlichen Wege: Bitte denken Sie an entsprechende Kleidung.

Harro Lüthje
Sonntag, 24.5.15, 10:00 - 12:30 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz am Dosenmoor auf Höhe der Einfelder Schanze (hinter Bahnunterführung).
Hinweis: Bitte keine Hunde mitbringen (Naturschutzgebiet), Gebühr: 3,00 €
Kinder und Jugendliche nehmen kostenfrei teil

V **11509V**

Infoveranstaltung Sportbootführerschein See und Binnen

Wind, Wellen und Freiheit. In unserer freizeit- und gesundheitsorientierten Gesellschaft steigt der Stellenwert von Aktivitäten in und mit der Natur ständig. Der Workshop „Sportbootführerschein See" (Kursnummer 11510) bietet in 12 theoretischen (in der vhs NMS) und 2 praktischen (in Kiel) Unterrichtseinheiten den Erwerb des Sportbootführerschein See, nach Richtlinien des DSV, an. Der „Sportbootführerschein Binnen" schließt mit 6 Abenden Theorie (s. Kursnummer 11511) an. Sie sind herzlich eingeladen zu diesem unverbindlichen Informationsabendabend, um sich ein eigenes Bild von den Ausbildungen zu machen.

Fred Brocksema
Dienstag, 10.2.15, 19:30 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, gebührenfrei
Infoabend kostenfrei

11510

Sportbootführerschein See

Dieser Workshop bietet in 12 theoretischen (in der vhs NMS) und 2 praktischen (in Kiel) Unterrichtseinheiten den Erwerb des „Sportbootführerschein See", nach Richtlinien des DSV, an. Versierte Ausbilder bereiten Sie zielgerichtet auf die Prüfungen vor. Das Mindestalter beträgt 16 Jahre.

Fred Brocksema
montags und mittwochs, 16.2.15 - 25.3.15, 19:00 - 20:30 Uhr, 12x
Volkshochschule, 199,90 €
Die Prüfungsgebühr (ca. 70,00 €) ist nicht in der Kursgebühr enthalten!

11511

Sportbootführerschein Binnen

Dieser Workshop bietet in 8 theoretischen (in der vhs NMS) und ggf. 1-2 praktischen (in Kiel) Unterrichtseinheiten den Erwerb des „Sportbootführerschein Binnen", nach Richtlinien des DSV, an. Versierte Ausbilder erarbeiten die Inhalte der einzelnen Ausbildungsabschnitte mit Ihnen gemeinsam im Team und bereiten Sie zielgerichtet auf die Prüfungen vor. Das Mindestalter beträgt 16 Jahre.

Fred Brocksema
montags und mittwochs, 27.4.15 - 13.5.15, 19:00 - 20:30 Uhr, 6x
Volkshochschule, 69,00 €
Die Prüfungsgebühr (ca. 65,00 €) ist nicht in der Kursgebühr enthalten!

V **11512V**

Nisthilfen – ein Garten mit Tieren, ein Garten voller Leben

Was ist schon ein Garten ohne Tiere? Möchten Sie Insekten und Vögel beobachten, Igel belauschen und abends die Fledermäuse über Ihren Garten huschen sehen? Möchten Sie unliebsame kleine Gäste in Schach halten? Um Kleintiere anzulocken, braucht es mehr als nur ein paar Nistkästen. Wer wohnt schon gern in einem Hotel in der Wüste? Auch die Tiere brauchen ihre „Infrastruktur". In diesem Kurs erfahren Sie, welche Arten von Nisthilfen es gibt, wie man sie bauen kann und was man dabei beachten sollte. Und vor allem geht es um das Drumrum: Gestaltung des Gartens, Auswahl der Pflanzen, Arrangement der Nisthilfen und ökologische Zusammenhänge dabei. Und dann viel Spaß als Gastgeber unserer „kleinen Wilden"!

Grit Lory
Freitag, 13.3.15, 18:15 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 10,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert. Telefonische Anmeldung erforderlich (707690).

NEU **11513**

Tipps für den Naturgarten

Träumen Sie auch von einem lebendigen Paradies hinterm Haus, mit abwechslungsreichen Stauden, schützenden Bäumen, mit Vögeln, Igeln, Schmetterlingen...? Ein Naturgarten ist weder eine Unkrautwildnis noch ein Naturschutzgebiet. Bei ihm stehen die einheimischen Pflanzen und die gegebenen Bodenbedingungen im Mittelpunkt. Problematische Exoten, Pestizide, Torf und Mineraldünger sind also tabu. Die Pflege im Einklang mit der Natur macht andere Methoden notwendig, dafür lässt sie viel Raum für Gäste aus der Natur. Hier erfahren Sie, wie Sie einen naturnahen Garten anlegen oder den vorhandenen Garten entsprechend umgestalten und beides dauerhaft und ohne viel Aufwand pflegen können. Wenn vorhanden, bitte einen Plan vom eigenen Garten mitbringen - vielleicht können wir ihn gemeinsam „naturgärtnerisch aufpeppen".

Grit Lory
Samstag, 14.3.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 21,80 €



NEU **11514**

Selbstversorgung aus dem Garten: Ziehen Sie Ihr eigenes Obst und Gemüse

Die ersten Radieschen, der erste Salat aus dem eigenen Garten – was gibt es schöneres? Wollen Sie noch mehr? Kein Problem. In diesem Kurs geht es darum, wie Sie einen Nutzgarten sinnvoll planen und anlegen können, wie Sie Obst und Gemüse anbauen und ernten. Es geht um Beetbearbeitung, Fruchtfolgen, Anbauplanung, Anzucht, Pflege, Ernte, Saatgutvermehrung, Lagerung, Nährstoffkreisläufe und Kompostierung... – kurz: Um die Grundlagen für eine eigene Ernte, die mehr als nur zum Naschen ist.

Grit Lory
Sonntag, 15.3.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 21,80 €

V **11515V**

Stadtrundgang Hamburg: Speicherstadt und Hafencity – Ein Rundgang von Baumwall und Deichstraße durch die Speicherstadt und die neuen Quartiere der HafenCity

Ein Stadtrundgang, der für alle Generationen spannend ist...
Mit dem Wandel in der Speicherstadt erhält das in der Nachkriegszeit so modern aufgebaute Hamburg praktisch eine neue „Altstadt“, allerdings mit modernen Nutzern: Es gibt Büros, aber auch eine große Zahl von kulturellen und touristisch interessanten Einrichtungen. Viele der sorgfältig restaurierten Speicherböden werden für Präsentationen von Modekollektionen genutzt, außerdem, klaro, natürlich als Eventflächen.
Unseren Rundgang starten wir am U-Bahnhof Baumwall. Am Binnenhafen entlang und an der Deichstraße vorbei gehen wir zum ehemaligen Kesselhaus, in dem sich heute ein Info-Pavillon zur städtebaulichen Entwicklung der HafenCity befindet. Das Thema HafenCity beschäftigt uns dann im zweiten Teil des Stadtspaziergangs. Der Rundgang dauert zwei Stunden. Bitte unbedingt bei der vhs anmelden, da die Führung erst ab 10 Personen zustande kommt!

Johann Peter Nissen
Samstag, 21.3.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Treffpunkt: 10:00 Uhr in der vhs (Fahrt mit Kleinbus nach Hamburg)
35,00 € (inkl. Bus und Stadtführung)

V **11516V**

Stadtrundgang Hamburg: Ohlsdorfer Friedhof

Rund 400 ha groß, ist Ohlsdorf nicht nur ein Friedhof mit grandiosen Ausmaßen, sondern auch eine als Landschaftspark gestaltete grüne Oase mitten in einer Millionenstadt - geeignet für einen Spaziergang nicht nur am Sonntag. Außerdem ist die Anlage ein Spiegel der Geschichte. Seit 1877 wurden hier 1.5 Millionen Hamburger beigesetzt, darunter viele Prominente: Gustav Gründgens, Richard Ohnsorg, Hans Albers, Carl Hagenbeck, Albert Ballin. Bemerkenswert sind auch eine ganze Reihe von Mahnmalen sowie Ehren- und gemeinschaftliche Grabstätten: das Mahnmal für die Opfer der NS-Verfolgungen, das Sammelgrab und das Mahnmal für die Opfer der Bombenangriffe im Zweiten Weltkrieg, Soldatengräber verschiedener Nationen, ganz in der Nähe des Haupteingangs eine Anlage mit Gräbern von „Revolutionsgefallenen“ aus den Jahren 1918-1920. Auf unserem Rundgang verfolgen wir außerdem, wie sehr sich die Bestattungskultur seit Kaisers Zeiten verändert hat. Der Rundgang dauert zwei Stunden. Bitte unbedingt bei der vhs anmelden, da die Führung erst ab 10 Personen zustande kommt!

Johann Peter Nissen
Dienstag, 12.5.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: 10:00 Uhr in der vhs (Fahrt mit Kleinbus nach Hamburg)
35,00 € (inkl. Bus und Stadtführung)

die andere Geschenkidee

Wie wäre es, wenn Sie dieses Mal einen Gutschein für einen interessanten vhs-Kurs oder vhs-Vortrag oder eine Exkursion verschenken würden?
Rufen Sie uns an – wir beraten Sie gern.
Telefon: 70 76 90

Dozentenportrait

Dr. Gerhard Stengel

Als Fachtierarzt für Lebensmittelhygiene war ich viele Jahre im Bereich der amtlichen Lebensmittelüberwachung tätig. Eine interessante und abwechslungsreiche Aufgabe, die sich mit den unterschiedlichen Fragen und Problemen des gesundheitlichen Verbraucherschutzes beschäftigt hat. Sie erfordert Kenntnisse im Bereich des nationalen und europäischen Lebensmittelrechts, der Technologie, der Qualität und Zusammensetzung sowie der Hygiene der Nahrungsmittel.
Auch vom Verbraucher werden im Zeitalter der Globalisierung der Märkte und der Vielfalt der Produkte einerseits und der Stärkung der Eigenverantwortung andererseits zunehmend Informationen über die Lebensmittel abverlangt. Sie werden auch mehr und mehr für ihn wichtiger, um in der Masse der Produkte, die für ihn richtigen herauszufinden oder um mögliche Risiken, die von Lebensmitteln auch ausgehen können, einzuschätzen. In meinen Vorträgen bei der vhs möchte ich Sie nun ein wenig mit dieser noch nie dagewesenen Vielfalt vertraut machen, damit Sie auch zukünftig nicht nur mit Freude, sondern auch entspannt einkaufen können.

11600V
„Alles drin was drauf steht?“
Irreführung und Täuschung durch Lebensmittel
Bei der Vielfalt der Lebensmittel in Supermärkten und Geschäften ist deren Kennzeichnung wichtig, damit der Verbraucher eine für ihn richtige Wahl treffen kann. Aber: Was steht auf der Verpackung und stimmt das auch? Was bedeutet „Verkehrsbezeichnung“ und was unterscheidet „Imitate „ vom Original? Worauf ist beim Haltbarkeitsdatum zu achten und wie wichtig ist es für mich als Verbraucher/-in. Was heißt eigentlich „hausgemacht“ und was erwartet mich bei einem traditionell herstellten Produkt? Und stammt es tatsächlich aus „meiner Region“? Nach diesem Vortrag sind Sie für den nächsten Einkauf besser informiert und fühlen sich nicht getäuscht...

Dr. Gerhard Stengel
Mittwoch, 15.4.15, 09:30 - 12:00 Uhr
im Bürgercafé Gadeland
8,00 € (Gebühr inkl. Frühstück!)
Anmeldung im Seniorenbüro (Tel: 942-2452) oder bei Frau Grage (Tel: 79915).
Bezahlung nur im Bürgercafé Gadeland möglich! Anmeldeschluss: 12.04.15

11602V
Vorsicht beim Umgang mit Lebensmitteln
„Die Gefahr lauert in der Küche“ oder „Salmonellen im Sahne-Pudding“, „erkrankt nach Verzehr von Listerien-Wurst“... So oder so ähnlich lauten immer wieder Pressemitteilungen. Lebensmittelbedingte Erkrankungen nehmen nicht nur weltweit, sondern auch in Deutschland zu. Der Verzehr von tierischen wie auch von pflanzlichen Lebensmitteln kann zu Erkrankungen führen, deren Ausmaß häufig unterschätzt wird. Der Vortrag gibt einen Überblick über mögliche Ursachen und Hinweise, mit welchen Maßnahmen sich Verbraucherinnen und Verbraucher schützen können.

Dr. Gerhard Stengel
Mittwoch, 25.2.15, 19:15 - 20:45 Uhr
Volkshochschule, 6,00 €

11603V
Strom- und Heizkosten clever gespart!
Praktische Tipps für Ihr Zuhause
Vortrag und Führung
Informieren Sie sich im Schleswig-Holstein Energieeffizienz-Zentrum (SHeff-Z) anhand ausgewählter Exponate über Dämm-Möglichkeiten, Verglasungen und Anforderungen, die bei Sanierungsmaßnahmen oder im Neubau zu erfüllen sind. Darüber hinaus erfahren Sie, wie man richtig lüftet und heizt. Und Sie erleben Heizungen, wie beispielsweise ein Mini-Blockheizkraftwerk, direkt im Betrieb. Was sind die größten Stromfresser im Haushalt? Wie kommt eine Kilowattstunde zustande und wie wird sie berechnet? Wie nutze ich ein Strom-Messgerät? Im Rahmen dieser vhs-Sonder-Führung gibt es Antworten auf diese Fragen und viele mehr. Auch zum Thema Lampen hat Ausstellungsleiterin Swea Evers ganz praktische Tipps parat.

Swea Evers
Dienstag, 24.2.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Treffpunkt: Justus-von Liebig-Str. 4a
gebührenfrei

11605V
Mit Freude ins Traumhaus
In diesem Vortrag werden die verschiedenen Phasen des Bauens beleuchtet. Vom Wunsch zur Realität. Budgetermittlung, Finanzierungskonzepte, formelle Abläufe, was ist zu tun, auf was ist zu achten? Wo sind Fallstricke in den Beratungsgesprächen? Wie vermeide ich teure Fehler? Fachbegriffe leicht verständlich. Energieeffizienz, KfW: Was verbirgt sich dahinter und was bedeutet das für mein Bauvorhaben? Der Vortrag soll eine Hilfestellung im Dschungel des Bauens und Finanzierens sein, damit teure Fehler vermieden werden.

Stefan Bethke und Martin Steingräber
Freitag, 6.3.15, 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690).

11608V
Besichtigung sh:z
Druckzentrum Schleswig-Holstein in Büdelsdorf
Der Schleswig-Holsteinische Zeitungsverlag (sh:z) ist die auflagenstärkste Titelgruppe im nördlichsten Bundesland. Mit 15 Tageszeitungen und einer Gesamtauflage von 213.714 Exemplaren erreicht der sh:z 540.000 Leser täglich. Erleben Sie einen spannenden und informativen Abend bei einem Blick „hinter die Kulissen“ im sh:z Druckzentrum. Lassen Sie sich die Zeitungsproduktion zeigen - vom Druck mit modernsten Rotationsmaschinen über die Weiterverarbeitung bis zum Versand.
Für Menschen mit eingeschränkter Mobilität besteht das Angebot eines Fahrdienstes. Bitte unbedingt 10 Tage vor Veranstaltung bei der vhs ankündigen.

Freitag, 20.3.15, 20:00 - 22:30 Uhr
Treffpunkt: 19:00 Uhr in der vhs (Gartenstr. 32), 20,00 € (für den Bus – Die Besichtigung ist kostenfrei!)

Wegen Umbauarbeiten sind in diesem Semester leider keine Besichtigungen des Landesfunkhauses Kiel möglich. Wir hoffen, im kommenden Semester wieder Besichtigungsfahrten anbieten zu können.



Kultur

Kultur macht stark

In unseren Angeboten der kulturellen Bildung erlernen, erproben, entwickeln und erweitern Sie Kernkompetenzen wie Kreativität, Flexibilität, Improvisationsbereitschaft, Problemlösungsstrategien und Teamfähigkeit. Nutzen Sie Kreativkurse, um Ihre Lern- und Erfahrungsräume zu erweitern. Persönliche und berufliche Interessen lassen sich dabei optimal miteinander verbinden. Im Bereich der kulturellen Medienbildung finden Sie Angebote, in denen Sie lernen, sich den vielfältigen Herausforderungen im Prozess der Digitalisierung der Gesellschaft zu stellen und sich in allen Lebensbereichen zu orientieren.
Kulturelle Bildung schafft in ihrer Offenheit für alle Bürgerinnen und Bürger Zugänge zur Kultur und ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, sie fördert Integration und Inklusion. „Gerade die sozialen, kreativen und kommunikativen Potenziale der kulturellen Erwachsenenbildung sind perspektivisch von großer und wachsender Bedeutung“, betont etwa auch die Enquete-Kommission „Kultur in Deutschland“ in ihrem Abschlussbericht.

NEU **20001**
Bridge für Anfänger
Das Kartenspiel Bridge ist ein Kampfsport mit Köpfchen! Es wird in der ganzen Welt nach internationalen Regeln gespielt. Dieser Einführungskurs orientiert sich am heutigen modernen und sportlich betriebenen Bridge. Das Ziel ist es, die Biettechnik mit der Gegenreizung und dem Abspiel zu erlernen.

Carsten Rathje
mittwochs, ab 11.2.15, 09:30 - 11:30 Uhr, 10x, Volkshochschule, 86,34 €, Kleingruppe

20002
Kreatives Schreiben
Sie haben eine gute Idee oder sogar schon ein Manuskript in der Schublade? Im Kurs werden gemeinsam kreative Techniken erlernt, die Sie und Ihre Geschichte weiterbringen. Ganz gleich, ob Sie kurze Geschichten schreiben oder sich an einen längeren Text wagen, es sind immer wieder die gleichen Fragen, die Autoren das Leben vermeintlich schwer machen. Dabei gibt es einige Kniffe, die uns weiterhelfen. Jetzt ist Schluss mit den leeren Blättern, die sich nicht füllen wollen!
Der Kurs beschäftigt sich u.a. mit folgenden Themen: Wie wird aus meiner Idee eine lebendige Story? Wie schaffe ich lebensnahe und liebenswerte Figuren, die eine Handlung voranbringen? Wie mache ich meine Geschichte spannend? Welches Genre ist für mich das Richtige?

Margit Waschull
mittwochs, ab 18.2.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 6x, Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe

NEU **20003**
Drehbuch schreiben
Ein gutes Drehbuch macht noch keinen guten Film, aber für jeden guten Film braucht man ein gutes Drehbuch. Ganz gleich, ob Amateur oder Profi, Kurzfilm oder abendfüllender Spielfilm, die Grundlage ist immer das Skript. Wir gehen gemeinsam den Weg von der Idee zum fertigen Skript. Die unabhängige Filmszene in Schleswig-Holstein wächst und hat schon viele Talente hervorgebracht. Vielleicht heißt es für die Teilnehmer auch bald: Ich bin dann jetzt mal Drehbuchautor.
Achtung: Workshops zum Thema „Kamera und Filmschnitt“ finden Sie unter den Kursnummern 21120KAB und 21121KAB.

Margit Waschull
mittwochs, ab 22.4.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 6x, Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe

20100
Literaturkreis am Vormittag
Hans Fallada – Bauern, Bonzen und Bomben
Ohne Zweifel ist Falladas (1893-1947) „Bauern, Bonzen und Bomben“ (1931) wesentlicher Bestandteil der kulturellen Identität dieser Stadt. Grund genug, sich einmal (wieder) mit diesem Roman zu beschäftigen. Bitte vorbereitend lesen.
Achtung: Einen thematisch passenden Stadtrundgang „Wie Fallada Neumünster sah...“, finden Sie unter der Kursnummer 20302V.

Ulrich Grode
donnerstags, ab 19.2.15, 11:00 - 12:30 Uhr, 4x, Volkshochschule, 21,80 €

NEU **20101J**
Literaturkreis am Nachmittag
Uwe Johnson, Ingrid Babendererde
Zugegeben, es ist schlicht und einfach Neugier; die Neugier, ob uns der Roman eines etwa 20-jährigen großen, aber eigenwilligen Autors über Ereignisse in der DDR im Jahre 1953 heute noch etwas zu sagen hat. „Andererseits...“
Bitte vorbereitend lesen: Uwe Johnson, Ingrid Babendererde, 1985 (z.B. als Tb es 1817 für 8,00 €)

Ulrich Grode
donnerstags, ab 8.1.15, 16:30 - 18:00 Uhr, 4x, Volkshochschule, 21,80 €

V **20113V**
Immer wieder sonntags...
Een plattdüütschen Nahmeddag na dat Motto: „stuure und glückliche Norddüütsche“
Vergnöchte Geschichten, Döntjes und Leeder to'n mitsingen!

Inge Rohwer
Sonntag, 19.4.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €, >65 J.: 6,00 €
(inkl. Kaffee und Kuchen)
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.

Bei Bedarf kann für gehbehinderte Menschen aus Neumünster ein Transportdienst gestellt werden - Bitte unbedingt bis 15. April 2015 telefonisch über die vhs anfordern: 707690.

Dozentenportrait

Margit Waschull

Als ausgebildete Übersetzerin und Drehbuchautorin arbeitet ich freiberuflich als Autorin und Trainerin für Kreatives Schreiben. Neben der eigenen kreativen Tätigkeit gebe ich seit Jahren mein berufliches Wissen und meine Erfahrungen an andere Menschen weiter. Und das ist für sie mindestens genauso spannend wie für mich.
An der vhs Neumünster unterrichte ich „Kreatives Schreiben“ und jetzt auch „Drehbuch Schreiben“. Ich schätze an der Volkshochschule, dass es qualitativ hochwertige Kurse gibt, die für jeden zugänglich sind. Hier sitzen Menschen zusammen, die sonst nicht zusammengefunden hätten.
Es ist immer wieder erstaunlich, wie unterschiedlich die Menschen sind, die ihre Leidenschaft für das Schreiben entdecken. Gerade das Schreiben ist ideal für Quereinsteiger. Man kann sich selbst ausprobieren und mit anderen austauschen.

20114

Märchenabend für Erwachsene: Aus dem Blickwinkel der weisen Wichtel und Kräuterzwerge

Eine Zwergenspur führt heute Abend in den geheimen Zaubergarten, denn dort wird heute so manches Geheimnis aus dem Reich der Unsichtbaren gelüftet. Lauschen Sie Sonja C. Truhn, wenn Sie erzählt: Vom Spitzwegerich zu unseren Füßen und warum wohl gerade die Wichtel ihn so lieben; von so manchem Zaubertrank und sogar vom Geheimnis des Glücks wird Ihnen die Märchenerzählerin verraten, aber Vorsicht: manchmal vertauschen die Zwerge kleine Kinder gerne mit einem Zwergenkind!

Sonja C. Truhn
Donnerstag, 9.7.15, 19:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule (Freizeitgarten), 10,00 €
Die Veranstaltung findet im Freien statt (Sitzplätze sind vorhanden) und wird bei ungünstiger Wetterlage nach drinnen verlegt.
Eine schriftliche Anmeldung wird benötigt.

V **20116JV**

Immer wieder sonntags....

Eine Lesung über Leben und Werk des Theodor Fontane

„Wenn man glücklich ist, sollte man nicht noch glücklicher sein wollen." Theodor Fontane gilt als bedeutendster deutscher Vertreter des poetischen Realismus. Gerhart Hauptmann und Thomas Mann bezeichneten ihn als einen bedeutenden modernen Schriftsteller und Marcel Reich-Ranicki nannte ihn „den bedeutendsten Romancier zwischen Goethe und Thomas Mann". Zu Lebzeiten erhielt der Dichter nur wenig Anerkennung. Abgesehen von seinen Balladen wusste die Öffentlichkeit wenig über ihn. Dabei gilt er als erster wirklich moderner deutscher Dichter, der mit Flaubert, Dostojewski und Tolstoi verglichen wurde. Jenseits aller Modernen ist es einfach schön, sich von seiner Sprache bezaubern zu lassen. Karl-Heinz Langer gibt einen Einblick in das Leben und Werk dieses Schriftstellers.

Karl-Heinz Langer
Sonntag, 25.1.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 € , >65 J.: 6,00 €
(inkl. Kaffee und Kuchen)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V **20118V**

Immer wieder sonntags...

Deutsche Literatur im Exil zwischen 1933 – 1945 – „Verfemte Dichter"

Vor 70 Jahren endete mit der Kapitulation der Deutschen Wehrmacht die Schreckensherrschaft des nationalsozialistischen Deutschen Reiches. Mit der Bücherverbrennung vom 10. Mai 1933 begann eine beispiellose Verfolgung von Dichtern und Schriftstellern während des nationalsozialistischen Terrors. Oft war der Weg in die Emigration die einzige Möglichkeit der Verfolgung, Verhaftung und Ermordung zu entgehen. Was dieser Schritt für die Schriftsteller wie z.B. Klaus, Heinrich und Thomas Mann, Carl Zuckmayer, Anna Seghers und Bertolt Brecht bedeutete, die oft genug nicht mehr als ihre bloße Haut retten konnten, ist das Thema dieses Vortrages.

Ulrike Fertig
Sonntag, 22.3.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €, >65 J.: 6,00 €
(inkl. Kaffee und Kuchen)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

20201

Pantomime – Körpersprache

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, die Grundtechniken und vielfältigen Stilrichtungen der nicht immer „stillen" Kunst der Körpersprache kennenzulernen. Spaß am gemeinsamen, darstellenden Spiel ist die einzige Voraussetzung. In Spielszenen entwickeln sich ein besseres Kennenlernen von Körpersprache und die Möglichkeit, die Kommunikation untereinander zu verbessern. Es werden Entspannungs-, Bewegungs-, Atem- und Sprechübungen als auch die Arbeit mit der Videokamera angeboten.
Bitte mitbringen: Jogginganzug o.ä., Gymnastikschuhe, dicke Socken, Decke, Kissen und Verpflegung

Kay Prinz
Samstag, 30.5.15, 11:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 31.5.15, 11:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 82,60 €, Kleingruppe
Kosten für zweimal Mittagessen im Kiek in! sind in den Kursgebühren enthalten.

NEU **20203**

Improvisationstheater

Dieser „Improcrashkurs" soll wie eine gute Improvisation sein: knackig! Willkommen sind alle die, die Lust am Schauspielern haben, einfach loslegen wollen, egal ob mit oder ohne Vorkenntnisse. Wir werden gemeinsam die Grundideen des Improvisationstheaters kennenlernen: Dem Spielimpuls nach Lust und Laune nachgehen, „Ja" sagen, den Kopf ausschalten und das alles mit viel Spaß. Ach ja, und die Freude am Scheitern bitte nicht vergessen! Spielerisch steigen wir ein, ins „Improtheater". Wir probieren aus und erleben, was für lebendige und lustige Szenen in kurzer Zeit entstehen. Und das Ganze ohne Drehbuch, Rollenvorgabe und Regieanweisung.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Hatto ter Hazeborg
mittwochs, ab 4.3.15, 19:00 - 21:30 Uhr, 4x
Volkshochschule, 35,66 €

Die vhs Neumünster unterstützt das Projekt „Kulturtafel" mit der kostenfreien Teilnahme an Vortrags- und Veranstaltungsangeboten.
Kontakt:
Tel: 0152-58641939
oder
kulturtafel-nms@web.de


20300V

Immer wieder sonntags...

Edward Hopper

Die Gemälde des Amerikaners Edward Hopper (1882-1967) gehören zu den populärsten des 20. Jahrhunderts. Sie nahmen nicht nur Einfluss auf die bildende Kunst, sondern auch Alfred Hitchcock, Wim Wenders und Madonna ließen sich von Hoppers Bildsprache inspirieren. Was trieb diesen Künstler an, dem es mit Hilfe eines psychologisierenden Realismus gelang, die Einsamkeit und Anonymität des modernen Großstadtmenschen in rätselhaft befremdlichen, fast surreal anmutende Bildwelten einzufangen? Hopper steht an einer Schnittstelle der Kunstgeschichte - selbst von Dürer, Rembrandt und den Impressionisten angeregt, verhalf er der amerikanischen Kunst aus dem Schatten der europäischen Vorbilder zu eigenem Selbstbewusstsein.

Dr. Anette Falkenberg
Sonntag, 29.3.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €, >65 J.: 6,00 €
(inkl. Kaffee und Kuchen)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)



V **20301V**

Immer wieder sonntags...

Das Klingen der Seele
Max Liebermann, ein deutsches Künstlerleben

In diesem Jahr jährt sich der 80. Todestag. Das Werk Max Liebermanns (1847 - 1935) nimmt in der deutschen Kunstgeschichte eine Sonderstellung ein. Als einziger Maler von Rang hat er es hierzulande verstanden, die impressionistische Leichtigkeit französischer Kunst aufzunehmen, ohne sie platt zu kopieren. Liebermanns Garten- und Landschaftsbilder sind still und unpathetisch - das Leben erscheint in ihnen wie ein langer, ruhiger Fluss. Seine Porträts hingegen sind nicht würdevoll repräsentativ, sondern sie strahlen Lebendigkeit und Esprit aus. Doch so spielerisch leicht seine Werke auch wirken - Liebermann hat sich selbst immer als disziplinierter Arbeiter verstanden. Preußische Grundtugenden und großbürgerliche Ordnung bildeten das Fundament seines Schaffens und seines Selbstverständnisses. Umso schmerzlicher waren für ihn Anfeindungen, denen er wegen seiner angeblich ‚undeutschen' Kunstauffassung ausgesetzt war - Anfeindungen, die nicht zuletzt durch seine jüdische Herkunft ausgelöst wurden. In seinen letzten Jahren musste er dann noch erleben, wie die Nazi-Barbarei seine Grundwerte zerstörte. Sein Ideal einer Gesellschaft, die den Menschen nur nach seinen Verdiensten und nicht nach Herkunft oder Religion beurteilt, war vor seinen Augen zerbrochen.

Dr. Hans Thomas Carstensen
Sonntag, 1.3.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €, >65 J.: 6,00 €
(inkl. Kaffee und Kuchen)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V **20302V**

Neumünster auf den 2. Blick:

Stadtrundgang –
Wie Fallada Neumünster sah...
Exkursion

Die Zeit in Neumünster kann im Leben Hans Falladas durchaus als Wende bezeichnet werden. Von 1926 bis 1928 sitzt er im Zentralgefängnis, kurz nach der Entlassung ist er als Annoncenwerber und Redakteur tätig und übernimmt im Herbst 1929 die Berichterstattung über den Landvolk-Prozess, Ausgangspunkt für seinen Roman „Bauern, Bonzen und Bomben“, der ihn mit einem Schlag berühmt macht. Auf einen Spaziergang durch Neumünster soll versucht werden, dem ein wenig näherzukommen, „wie Fallada Neumünster sah...“
Achtung: Einen Lektürekurs „Hans Fallada – Bauern, Bonzen und Bomben“ finden Sie unter der Kursnummer 20100.

Urte Grode
Samstag, 21.2.15, 15:00 - 17:00 Uhr, 3,00 €
Treffpunkt: vor dem Haupteingang der Stadthalle
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V **20303V**

Neumünster auf den 2. Blick:

Stadtrundgang – Architektur in Neumünster – Exkursion

Auch in Neumünster waren es zunächst die Kirche und der Adel, die sich den Luxus leisten konnten, ihre Gebäude im vorherrschenden Architekturgeschmack zu errichten, während der „gemeine“ Neumünsteraner noch in seinem Ackerbürgerhaus hockte. Das änderte sich mit dem wirtschaftlichen Aufstieg des Bürgertums im Zuge der Industrialisierung. Innerhalb weniger Jahrzehnte entwickelten sich verschiedene Architekturstile und Bauaufgaben, die noch heute Neumünsters heterogenes Erscheinungsbild prägen, so dass wir sie bei unserem Stadtrundgang in Augenschein nehmen können.
Dr. Anette Falkenberg
Samstag, 27.6.15, 14:30 - 17:00 Uhr
7,00 €, >65 J.: 5,00 €
Treffpunkt: vor dem Westphalenhaus (Mühlenbrücke 9)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V NEU **20304V**

Erzählfrühstück – Trümmer, Schwarzmarkt, Wohnungsnot
In Kooperation mit dem Museum Tuch + Technik

Die letzten Kriegsjahre des Zweiten Weltkrieges brachten der Zivilbevölkerung Neumünsters ein entbehrungsreiches, sorgenvolles Leben. Durch die schweren Luftangriffe wurden die Menschen direkt in die Kriegshandlungen einbezogen. Die über Bezugsmarken gesteuerte Versorgung mit Lebensmitteln und Brennstoffen wurde immer unsicherer und schlechter. Diese Zustände veränderten sich auch nicht mit der Kapitulation. Die Versorgungslage wurde eher noch schlechter. Trümmer, Schwarzmarkt und Wohnungsnot, aber ebenso der enorme Bedarf an Lebensfreude ist eng verbunden mit der schweren Zeit nach 1945. Einen Eindruck dieser Nachkriegsjahre vermitteln die Schwarz-Weiß-Bilder des früheren Pressefotografen Walter Erben. Die Ausstellung in der Fensterfront des Museums bietet die Möglichkeit, sich an ganz persönliche Ereignisse dieser Zeit zu erinnern und sich bei einem gemeinsamen Frühstück darüber auszutauschen. Die Ausstellung „Neumünster in der Nachkriegszeit - Fotografien von Walter Erben“ ist vom 27. Februar bis 31. Mai 2015 in der Fensterfront des Museums Tuch + Technik zu sehen.

Karin Ruhmöller
Donnerstag, 19.3.15, 10:00 - 12:00 Uhr
Museum Tuch + Technik, 15,00 €
(inkl. Kaffee und Frühstück)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)



20305V

Siedlungsbau des frühen 20. Jahrhunderts in Neumünster
In Kooperation mit der Unteren Denkmalschutzbehörde und dem Museum Tuch + Technik

In Neumünster ist die Wohnform des freistehenden Einfamilienhauses besonders prägnant. Seit 1905 wird unser Stadtbild durch planmäßig gestaltete Siedlungen privater und öffentlicher Bauträger geprägt, die Einfamilien- oder Doppelhäuser als Siedlungen errichtet haben. Auch im Geschoßwohnungsbau ist durch bemerkenswerte und schützenwerte Architektur der Siedlungsbau stadtbildprägend. Zurzeit stehen 31 erhaltens- und schutzwürdige Siedlungen unter Denkmalschutz und stellen Zeitzeugen der jüngeren Architekturgeschichte dar, aus denen sich gesellschaftspolitische Veränderungen ablesen lassen. Der Vortrag stellt die aus denkmalpflegerischer und städtebaulicher Sicht bemerkenswert hohe Zahl an Siedlungen in Bild, Zeichnung und Wort vor.

Christiane Wilbrandt
Mittwoch, 11.3.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Museum Tuch + Technik, 6,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V 20306V

Museum zum Kaffee – Lili Marleen. Ein Schlager macht Geschichte
In Kooperation mit dem Museum Tuch + Technik

1915 schreibt der junge Soldat Hans Leip ein Gedicht über Liebe und Abschied, das 1938 von Norbert Schultze vertont wird. Ein Jahr später erscheint eine Schallplatte von Lale Andersen. Der deutsche Soldatensender Belgrad beginnt 1941, „Lilli Marleen“ allabendlich abzuspielen. In den folgenden Jahren hören und singen nicht nur deutsche, sondern auch alliierte Soldaten das Lied. Der wechselvollen Geschichte des Liedes geht die Wanderausstellung der Stiftung Haus der Geschichte der Bundesrepublik Deutschland nach. Nach dem gemeinsamen Rundgang besteht genügend Zeit, sich über die Ausstellung auszutauschen.
Die Ausstellung Lili Marleen ist vom 27. Februar bis zum 31. Mai 2015 im Museum Tuch + Technik zu sehen.

Karin Ruhmöller
Donnerstag, 7.5.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Museum Tuch + Technik, 10,00 €
(inkl. Kaffee und Kuchen)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V 20307V

Museum zum Kaffee: Museum zum Kaffee – European Art Quilts VIII
In Kooperation mit dem Museum Tuch + Technik

Ungewöhnliche, originelle und eigenwillig gestaltete Quilts erwarten die Besucher der Ausstellung „European Art Quilts VIII“. Zu sehen sind 49 zeitgenössische Arbeiten von führenden europäischen Textilkünstlern. In dem einstündigen Rundgang und beim gemeinsamen Kaffeetrinken ist genügend Zeit, ausführlich über die Kunstwerke zu diskutieren.
Die Ausstellung European Art Quilts VIII ist vom 2.Mai bis 23. August 2015 im Museum Tuch + Technik zu sehen.

Karin Ruhmöller
Donnerstag, 4.6.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Museum Tuch + Technik, 10,00 €
(inkl. Kaffee und Kuchen)
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V 20308V

Die NordArt 2015
Um die diesjährige NordArt in Büdelsdorf noch besser genießen zu können, wird uns die Kunsthistorikerin Anette Schwohl auf unseren Besuch (s. Kursnummer BF20309V) einstimmen. Die Ausstellung findet auf dem ältesten Industriegelände Schleswig-Holsteins statt und bietet noch so viel mehr als die alljährliche Kunstschau. In diesem Jahr findet die NordArt zum 17. Mal statt und es werden 250 Künstler mit über 1000 Kunstwerken präsentiert. Seien Sie gespannt!
Der Vortrag kann auch als Vorbereitung für einen eigenen Besuch der NordArt genutzt werden und steht nicht unmittelbar mit der Teilnahme an der vhs-Fahrt in Verbindung.

Anette Schwohl
Mittwoch, 24.6.15, 18:00 - 19:30 Uhr
Volkshochschule, 6,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V 20309V

Fahrt zur NordArt 2015
Exkursion

1999 ins Leben gerufen, hat sich die NordArt in den letzten Jahren als eine der größten jährlichen Kunstausstellungen in Europa etabliert. Vor der markanten Kulisse der ehemaligen Gießerei Carlshütte in Büdelsdorf, komponiert Kurator Wolfgang Gramm aus den Werken von rund 250 ausgewählten Künstlern aus aller Welt jedes Jahr ein neues Gesamtkunstwerk. Dieses umfassende Panorama zeitgenössischer Kunst lässt die Werke nicht nur für sich selbst sprechen; in ihrem Zusammenspiel eröffnen sie ganz neue Perspektiven. Die internationale, jurierte Ausstellung definiert sich Jahr für Jahr neu, mit jeweils anderem Schwerpunkt. Die Führung dauert 1,5 Stunden. Im Anschluss habe Sie noch eine Stunde lang Zeit, die NordArt individuell für sich zu entdecken. Am 24. Juni gibt es vorab die Möglichkeit, an einem Vorbereitungstreffen teilzunehmen. Nähere Informationen stehen unter Kursnummer 20308V.

Anette Schwohl
Donnerstag, 9.7.15, 10:00 - 14:30 Uhr
Kunstwerk Carlshütte, 32,00 €
Gebühr beinhaltet Bus, Führung und Eintritt!
Eine schriftliche Anmeldung wird benötigt.

V NEU 20310V

Eine Führung „Hinter die Kulissen einer Ausstellung“
In Kooperation mit der Herbert-Gerisch-Stiftung
Exkursion

Anhand der aktuellen Ausstellung der Herbert-Gerisch Stiftung „Alles schön und gut“ bietet diese Führung einen Blick hinter die Kulissen. Wie gestalte ich ein Raum, um das Bild zu hängen. Was macht das Bild mit dem Raum? Wie hänge ich ein Bild, das eine halbe Million Euro kostet? Diese und viele weitere Fragen rund um eine Ausstellung werden beantwortet. Ein Blick in die historischen



Räume der Stiftung, die sonst nicht zugänglich sind, rundet diese besondere Führung ab. Beim abschließenden gemeinsamen Kaffeetrinken in dem der Villa Wachholtz angeschlossenen Café Harry Maasz bleibt noch genügend Zeit, die hier gewonnenen Eindrücke Revue passieren zu lassen.

Freitag, 20.2.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Herbert-Gerisch Stiftung, 13,00 €
(inkl. Kaffee und Kuchen)
Treffpunkt: Villa Wachholtz
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

20312

Sütterlin – Die alte deutsche Schreibschrift
Grundkurs
Wunderschöne Chroniken (Dorf-Schule-Familie) sind oft in „Deutscher Schrift" oder „Sütterlin" geschrieben. Wir sollten sie lesen und schreiben können, die Schrift unserer Eltern und Großeltern, sie ist ein Fenster in unsere Vergangenheit. Die Fähigkeit dazu haben Sie nach dem Besuch des Tageskurses.
Bitte mitbringen: Bleistift, Kugelschreiber oder Füller

Marga Scheider
Samstag, 25.4.15, 11:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 34,60 €, Kleingruppe

20501

Offener Mal- und Zeichentreff
für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Ein offenes Treffen 1x im Monat für alle, die
- sich mit Gleichgesinnten austauschen möchten
- über eigene oder fremde und aktuelle Bilder und Ausstellungen sprechen möchten
- die Anregungen suchen
- die den nächsten Schritt für ihr künstlerisches Weiterkommen wagen wollen

Dieses Treffen will eine Brücke zwischen Theorie und Praxis schlagen.
Anfänger und Fortgeschrittene sollen Selbstvertrauen in ihre eigene Kreativität bekommen und einen persönlichen Stil (weiter)entwickeln können. Gleichzeitig wird vermittelt, über die eigene künstlerische Arbeit zu sprechen. Dafür werden einfache Aufgaben und Übungen bzw. Themen zu Hause individuell in der jeweils eigenen Technik erarbeitet. Die fertigen Ergebnisse können im Kurs präsentiert und besprochen werden. Wir werden außerdem über aktuelle Ausstellungen im regionalen Bereich sprechen und unsere Wahrnehmungen gemeinsam diskutieren.

Monika Rathlev
Mittwoch, 25.3.15, 22.4.15, 27.5.15, 24.6.15
jeweils 19:00 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, 15,00 €

20504

Kunst am Abend - Der etwas andere Zeichenkurs, Gegenständliches Zeichnen
für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
Zeit am Abend für die Kunst! Nach den Motto: „FREIHEIT KOMMT VON KÖNNEN" werden die notwendige Feinmotorik, sowie weitere wichtige Eigenschaften wie Aufmerksamkeit, Beständigkeit, Beobachtungsgabe und Konzentrationsfähigkeit entwickelt. Ziel ist es, ein Fundament für einen individuellen künstlerischen Ausdruck durch objektives handwerkliches Können zu verschaffen. Vermittelt werden die Grundlagen des Zeichnens: Perspektive, figürlicher Aufbau, Licht und Schatten, verschiedene Oberflächen und Strukturen (Stofflichkeit), Komposition und Grundregeln. Die Inhalte sind so strukturiert, dass ein Weiterführen der Kurse möglich ist, neu hinzugekommene Teilnehmer können ebenso angemessen betreut werden.
Bitte mitbringen: Bleistifte Faber Castell (HB, B, 2B), Klammer und Knetgummi

Dobri Gjurkov
montags, ab 9.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 9x
Volkshochschule, 58,60 €, Kleingruppe
Materialkosten für Zeichenpapier und Zeichenunterlagen in Höhe von ca. 5,00 bis 8,00 € sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

20506

Comic- und Cartoonzeichnen – Mit wenigen Strichen zum eigenen Comic
für Anfänger/-innen
Jeder hat sicherlich schon einmal einen Comic oder Cartoon gelesen. In diesem Kurs wird gezeigt, dass es gar nicht so schwer ist, einen eigenen Comic zu zeichnen. Mit viel Spaß werden die Grundlagen des Comiczeichnens vermittelt.
Bitte mitbringen: Bleistift, Radiergummi, Geodreieck und viel Spaß am Zeichnen

Bianca Stuck
mittwochs, ab 25.2.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 5x, Volkshochschule, 33,00 €, Kleingruppe
Materialkosten für Zeichenpapier in Höhe von 3,00 € sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

20507

Comic- und Cartoonzeichnen – Mit wenigen Strichen zum eigenen Comic
für Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger/-innen
Sie haben Vorkenntnisse im Comiczeichnen und träumen von ihrem eigenen Cartoon oder Comic? Dann sind sie hier genau richtig. Dieser Kurs gibt ihnen den letzten Schliff.
Bitte mitbringen: Bleistift, Radiergummi, Geodreieck und viel Spaß am Zeichnen

Bianca Stuck
mittwochs, ab 22.4.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 7x, Volkshochschule, 45,80 €, Kleingruppe
Materialkosten für Zeichenpapier in Höhe von 4,00 € sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

**Malen macht Freude:
Kunstwerkstatt am Vormittag**
Für Einsteiger und Fortgeschrittene bietet dieser Kurs die Möglichkeit, verschiedene Zeichen- und Maltechniken (außer Ölmalerei) zu erlernen oder zu erweitern. Alle Stilrichtungen, alle Mischtechniken sind möglich. In jeder Wasser vermalbaren Technik (Aquarell, Acryl, Gouache, Dispersion etc.) kann gearbeitet werden. Jede Zeichentechnik (Kohle, Bleistift, Kreide etc.) kann erlernt werden.
Bitte mitbringen: u.a. einen Aquarellblock, -pinsel, -farben, Bleistifte, Radiergummi, Anspitzer, Wasserbehälter, Küchenrolle

20521

Kay Prinz
mittwochs, ab 18.2.15, 10:00 - 12:00 Uhr, 12x, Volkshochschule, 84,20 €

20522

Kay Prinz
mittwochs, ab 18.2.15, 12:00 - 14:00 Uhr, 12x, Volkshochschule, 84,20 €

20525KAB

Mit Kunst ins Wochenende: Aquarellmalerei – Blumen- und Landschaftsmalerei auf den Spuren von Emil Nolde
Blumenbilder und Landschaftsdarstellungen eignen sich hervorragend, um einen Einstieg in die Aquarellmalerei zu wagen. In diesem Anfängerkurs erfährt man einiges über das Werk und Leben von Emil Nolde und erschließt sich auf diesem Wege den Zugang zur Aquarellmalerei. Der bekannte expressionistische Maler war übrigens einige Male in Neumünster gewesen. Hier besuchte er den Buntpapierfabrikanten Paul Ströhmer, der seit 1909 Noldebilder sammelte. Ströhmer kam es bei seiner Sammlung nicht

auf Wirklichkeitsnähe oder erzählende Inhalte an, sondern ihn berührte „die farbige Erscheinung“ in Noldes Kunst.
Wir wollen diese einzigartige Farbigkeit auch in unseren Blumen- und Landschaftsbildern erfassen. Einzigartig ist die lasierende, durchscheinende Technik von wasserlöslichen Farben. Sie verleiht jedem Bild ihre spezielle Note.
Bitte mitbringen: Malkittel, Aquarell- und/oder Gouachefarben, Pinsel, Aquarellblock

Katja Brockmöller
freitags, ab 20.3.15, 16:00 - 17:30 Uhr, 6x
Volkshochschule, 59,80 €
Maximal 7 Teilnehmer/-innen

20535
Landschaftsmalen nach BOB ROSS®
Ein Tag – ein Gemälde
für Einsteiger/-innen und Fortgeschrittene

Die Maltechnik des international bekannten Künstlers BOB ROSS garantiert Anfänger/-innen und Fortgeschrittenen erstaunliche künstlerische Erfolge. An nur einem Tag erarbeiten wir in einem Gemälde die Schönheit der Natur und verwirklichen schöpferisch und farbenfroh unsere kreativen Malträume. Mit fachkundiger Unterstützung werden Idee, Farbe und Form zu einer interessanten Komposition umgesetzt. Nach dem Kurs kann jede(r) ein selbstgemaltes, fertiges Gemälde mit nach Hause nehmen.
Bitte mitbringen: „Malkleider“, Küchenpapier und BabyÖl-Tücher

Rose Adrian-Trienen
Samstag, 14.3.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 23,40 €, Kleingruppe
Materialkosten für Leinwand, Farben, Malmedien, Bereitstellung von Spezialpinseln, Palette, Staffelei in Höhe von 30,00 € sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

20537
Freie Acrylmalerei
Ein Tag – ein Gemälde
für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Mit den vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten der neuen experimentellen Acrylmalerei erleben wir einen kreativen und erfüllenden Maltag. Wir gestalten intuitiv und spontan moderne Landschaften oder abstrakte Bildwelten. Ob mit Pinsel, Spachtel, Rolle oder Schwamm - es entstehen kraftvolle und phantasiereiche Bilder in leuchtenden Acrylfarben. Wir sind offen für unerwartete Ergebnisse. Glückliche Zufälle werden in unseren persönlichen künstlerischen Ausdruck verwandelt. Ein jeder kann so individuelle Ideen unter fachlicher Anleitung kompetent umsetzen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Denn in diesem Malprozess wird die Entwicklung des eigenen Stils von der Dozentin individuell künstlerisch gefördert.
Bitte mitbringen: „Malkleider“, Küchenpapier, 2 Wassergläser

Rose Adrian-Trienen
Sonntag, 14.6.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 23,40 € , Kleingruppe
Materialkosten für Leinwand, Farben, Strukturpaste, Malmedien usw. und Bereitstellung von Pinsel, Staffelei, Palette in Höhe von 25,00 € sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

20540
Porzellanmalerei
Dieser Kurs bietet die Möglichkeit der Einführung in das Kunsthandwerk der Porzellanmalerei. Fertigen Sie selbst aus einer einfachen weißen Vase (oder Teller) eine interessante Dekoration in einer traditionellen Malerei oder nach eigenen Entwürfen, oder lassen sich durch die Lüster-Malerei zu neuen Ideen inspirieren. Weiterhin können Sie auch das Rändern mit Poliergold erlernen.
Bitte mitbringen: wenn vorhanden weißen Teller, eventuell ein paar Pinsel

Irene Hegemeister
mittwochs, ab 11.2.15, 15:30 - 17:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 84,20 €
Auch in den Ferien!

NEU **20550KAB**
Linolschnitt – Drucken ohne Presse
Der Linolschnitt ist einer der klassischen Druckverfahren. Beim Linoldruck reduzieren wir ein Motiv auf die Linie und Fläche. Gleichzeitig eröffnet diese Drucktechnik vielfältige Möglichkeiten des Experimentierens. So ergeben sich aus einer Idee viele Varianten der Umsetzung, z.B. das Drucken einer Serie. In diesem Kurs geht es im 1. Schritt darum die Idee durch eine Vorzeichnung zu entwickeln und anschließend auf das Linoleum zu übertragen. Im 2. Schritt wird das Motiv ausgeschnitten und damit der Druckstock hergestellt. Der anschließende Druckvorgang geschieht durch den sog. Handabrieb. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Bitte mitbringen: Bleistift, 1 Bogen Durchschreibpapier, ca. 500 Blatt 80g-Kopierpapier A4.
Das Drucken ist eine Technik, bei der die Hände nicht sauber bleiben, darum lieber keine empfindliche Kleidung anziehen!

Monika Rathlev
Samstag, 28.3.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Sonntag, 29.3.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 69,60 €
Material wie Linoleum, Druck-Papier, Druck-Farbe kann mitgebracht werden oder bei der Kursleitung kostengünstig erworben werden (je nach Verbrauch bis 15,00 €).
Maximal 7 Teilnehmer/-innen

20606KAB
Töpfern - Klassisch
für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden für Anfänger die Grundbegriffe des Arbeitens mit Ton vermittelt. Fortgeschrittene können zu vorgegebenen Themen arbeiten oder eigene Ideen entwickeln. Unter Anleitung und mit Hilfe der Kursleiterin, einer erfahrenen Keramikerin, kann aufgebaut, an der Drehscheibe gearbeitet, modelliert und experimentiert werden. Hier können Sie erfahren und lernen, was Sie schon immer über Ton wissen wollten. Wenn einige grundlegende Regeln beachtet werden, bietet der Werkstoff Ton eine unendliche Fülle von Möglichkeiten und große Freiheiten!
Materialkosten je nach Verbrauch sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

Susanne Kallenbach
montags, ab 23.2.15, 19:30 - 21:30 Uhr, 6x
Volkshochschule, 79,40 €
Maximal 7 Teilnehmer/-innen

20611
Arbeiten mit Speckstein
Speckstein ist ein weicher Stein, der sich leicht bearbeiten lässt. Farbe und Form des Steins geben häufig die Form schon vor. Während des Workshops sollen abstrakte Objekte erarbeitet werden.

Renate Kannenberg
Samstag, 21.2.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 22.2.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Jugendverband Neumünster, 68,20 €, Kleingruppe
Materialkosten je nach Steingröße 15,00 bis 30,00 €. Absprachen über Größe und Kauf der Steine vermittelt die vhs im Vorfeld.

20612
Eine Nana für den Schreibtisch
Skulpturales Arbeiten mit Pappmaché
In Kooperation mit der Herbert-Gerisch-Stiftung

„Nanas“ sind die lebensbejahenden, fröhlichen, bunten, meist tanzenden, oft überlebensgroßen Figuren. In der Größe reduziert und dreidimensional gestaltet aus Papp-



maché, sollen sie auf ihrem Schreibtisch oder Lieblingsort Platz finden. Seien Sie kreativ mit Farbe und mit dem Material, mit dem alte Meister früher schon ihre Modelle gefertigt haben.
Bitte mitbringen: alte Kleidung

Wilhelm Bühse
montags, ab 23.2.15, 18:00 - 20:00 Uhr, 6x
Kunstlabor der Herbert-Gerisch Stiftung, 80,00 €, Kleingruppe
Materialkosten und Werkzeug sind in den Kurskosten enthalten

20615
Experimentelles Gestalten mit Relieftechnik
Eine Mischung aus Malen und Collage
In Kooperation mit der Herbert-Gerisch-Stiftung

Das experimentelle Gestalten eines Bildwerks mit Relieftechnik lässt viele Möglichkeiten zu. Es entstehen beeindruckende Bildlandschaften und spannungsgeladene Elemente im Bild. Der Anfang des Kunstwerks verrät noch keineswegs das Ende. Denn anders als bei einer festen Malvorlage bietet das experimentelle Gestalten mit Relieftechnik ein großes Spektrum von Möglichkeiten, durch Collage und Malen, sein Werk zu Ende zu stellen. Ihre Alltagsgegenstände werden Teil ihres Kunstwerks. Ein sehr persönliches, individuelles Bild entsteht, in dem selbst Erinnerungsgegenstände verarbeitet werden können. Sie haben alle Möglichkeiten die Dinge selbst zu sammeln. Alltagsgegenstände wie leere Behälter, Verschlüsse, Naturmaterialien, Deckel, persönliche Sachen etc. werden zu Kunst. Fangen Sie zwei Wochen vor Kursbeginn an zu sammeln und heben Sie alles auf, was für Sie interessant, sowie brauchbar scheint. Selbst extrem ungewöhnliche Gegenstände eignen sich umso mehr.
Versuchen Sie die Regeln auszublenden, den Alltag loszulassen und sich selbst kreativ voll auszuleben.
Sie werden am Ende des Workshops ein 1 x 1 m (1 m²) großes Kunstwerk mit nach Hause nehmen dürfen!
Bitte mitbringen: alte Kleidung, Arbeitshandschuhe und genügend zu Trinken

Wilhelm Bühse
dienstags, ab 3.3.15, 18:00 - 20:00 Uhr, 4x
Kunstlabor der Herbert-Gerisch-Stiftung, 85,00 €, Kleingruppe
Materialkosten und Werkzeug sind in den Kurskosten enthalten.

20621J
Schmuck, der die Seele berührt
Eine Einführung in das Goldschmiedehandwerk
Lassen Sie Ihre Seele baumeln und vergessen Sie einen Moment Ihren Alltag. Fertigen Sie sich in diesem Schmiedekurs 2–3 Lieblingsstücke an. Die Goldschmiedemeisterin stellt das Werkzeug und Sterling Silber in bearbeiteten Formen, wie Ringschienen und Blechen zur Verfügung und steht Ihnen fachkundig bei der Anfertigung zur Seite. Es soll ein unvergesslicher Kurs für Sie werden.
Für Absprachen über realisierbare Schmuckstücke und Materialverbrauch nimmt die Kursleitung Kontakt mit den Teilnehmenden auf. Nach Materialbestellung gemäß dieser Absprache müssen dafür auch bei begründetem Kursrücktritt 10,00 € zusätzlich zur Stornogebühr entrichtet werden.

Meike Fabricius
Samstag, 17.1.15, 10:00 - 18:00 Uhr
Sonntag, 18.1.15, 10:00 - 14:00 Uhr
Grundschule Brokstedt, 64,00 €, Kleingruppe
Materialkosten je nach Verbrauch ab 60,00 € + 10,00 € Kostenpauschale werden vor Ort erhoben.

20627KAB
Kreative Lederwerkstatt
Leder ist ein natürlicher und sehr wandelbarer Werkstoff. Vom mittelalterlichen Pfeilköcher bis zur modernen Laptoptasche sind der eigenen Kreativität keine Grenzen gesetzt. In diesem Kurs wird nicht nur eine Einführung in den Werkstoff Leder gegeben, sondern es können auch eigene Ideen umgesetzt werden. Ob als Geschenk für andere oder für sich selbst, Gürtel, Taschen, Mappen und vieles mehr können nach eigenem Design individuell hergestellt werden. Hierzu werden unterschiedliche Techniken, wie die Kantenbearbeitung und unterschiedliche Verbindungstechniken (Nieten, Kleben, Nähen mit Flechtband, Nähen mit Sattlerstich) erlernt, so wie einfache Schmucktechniken (Färben, Prägen) eingeübt.
Bitte mitbringen: einen Hammer (wenn vorhanden Holzhammer), eine Gabel, ein Lineal, ein Teppichmesser

Henrik Brede
Freitag, 22.5.15, 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag, 23.5.15, 11:00 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, 59,80 €
Materialkosten in Höhe von ca. 15,00 - 20,00 € sind bei der Kursleitung zu bezahlen. Maximal 7 Teilnehmer/-innen

20630
Schweißen für Anfänger/-innen
Sie erhalten einen kurzen Überblick über Arbeitssicherheit beim Schweißen und verschiedene Schweißtechniken, die Sie am 2. und 3. Termin praktisch üben können.
Bitte mitbringen: Schutzanzug („Blaumann“) und feste Schuhe tragen!

Michele Impagnatiello
dienstags, ab 10.3.15, 18:15 - 21:15 Uhr, 3x
DVS, 51,40 €, Kleingruppe
Materialkosten von ca. 50,00 € sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

V 20701V
Tschaikowskys Ballettmusiken
Vortrag mit Klangbeispielen und Bildern
In Kooperation mit der Stadtbücherei Neumünster

Tschaikowsky ist unter anderem durch seine Musik zu den drei Balletten „Schwanensee“, „Dornröschen“ und „Der Nußknacker“ berühmt geworden. Der Vortrag wird sich mit Hilfe von Klangbeispielen vor allem der Musik dieser drei abendfüllenden „Tanzmärchen“ widmen, die zu den herausragenden Werken des klassischen Ballettrepertoires gehören.

Dr. Gero Ehlert
Donnerstag, 12.3.15, 19:00 - 21:00 Uhr
Stadtbücherei Neumünster, 8,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

20801
Gitarre spielen für Anfänger
in Kooperation mit der Musikschule Neumünster

Ob die eigene, kürzlich gekaufte, oder zu Hause das „Erbstück“ von dem Bruder oder der Schwester, das schon seit Langem ungespielt in der Ecke liegt - eine Gitarre, auf der nicht gespielt wird, ist eine traurige Angelegenheit. Dieser Kurs bietet die Möglichkeit zur Aufheiterung der Situation: Gitarre in die Hand nehmen und einen ersten Einstieg ins Gitarrespielen wagen! Vom unmittelbaren Anfang bis zu den ersten Akkorden, hier lernt man alles für unbeschwerte Freude am Gitarrenspielen. Tipps zum Saitenstimmen und zur Anschlagtechnik, einfache Melodien und einfache Liedbegleitung und alles, was man sonst noch wissen möchte. Vorkenntnisse sind nicht von Nöten, nur Interesse und ein klein wenig Fleiß.
Bitte mitbringen: eigene Akustikgitarre

Dr. Wolfgang Grabsch
montags, ab 9.2.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 12x
9.2., 16.2, 23.2., 20:00 bis 21:00
Volkshochschule, 71,40 €, Kleingruppe

 **20805**

Djembe – Trommelworkshop
für Anfänger/-innen

Auf diesem Workshop tauchen wir in die Welt der westafrikanischen Rhythmen ein. Wir spielen auf originalen Djembes aus Guinea, so heißen die Trommeln mit der enormen Klangvielfalt. Unter professioneller Anleitung lernen wir die verschiedenen Anschläge kennen und spielen unterschiedliche Rhythmen im groovigen Miteinander. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Instrumente werden von der Kursleitung gestellt.

Tina Idiado
Samstag, 25.4.15, 15:00 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, 32,14 €

20917

Tango Argentino – die sinnlichste Form der Zweisamkeit
Wenige wissen, dass der Argentinische Tango nicht aus Show-Figuren, sondern vielmehr aus einem gemeinsamen Gehen mit der Musik besteht. Eine natürliche Bewegung, für jedes Alter geeignet. Unser Schwerpunkt liegt auf einer entspannten, körpergerechten Haltung, dem richtigen Atmen, das lockere Stehen und Gehen, mit einem besonderen Augenmerk auf Rückenmuskulatur und freie Bandscheibe. Auf eine unterhaltsame Art werden die Grundlagen des Paartanzes in theoretischer wie praktischer Form behandelt. Dazu gehört eine Einführung in die Geschichte des Tango Argentino und dessen musikalische Formen sowie das Einstudieren erster Schritte und Bewegungsmuster. Lassen Sie sich verzaubern von der schwerelosen Melancholie und den hinreißenden Rhythmen des argentinischen Tangos, lösen Sie sich vom Alltagsstress! Paaranmeldungen sind wünschenswert, aber keine Voraussetzung. Tänzerische Vorerfahrungen sind nicht notwendig. Bitte Tanzschuhe, oder auch bequeme Schuhe mitbringen. Für die Damen ist ein Absatzschuh (5 - 7 cm) vorteilhaft. Die Sohlen sollten Drehungen möglich machen, also relativ glatt sein.

Dobri Gjurkov
montags, ab 9.2.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 10x
Volkshochschule, 53,00 €

 **20919**

Flamenco – Tanzen mit Temperament
für Einsteiger

Einer der beliebtesten Tänze im Flamenco ist die Sevillanas. Fröhlich tanzt man sie in Südspanien die ganze Nacht lang. Zudem sind die temperamentvollen Bewegungen bestens geeignet, den Flamenco kennenzulernen und die Schönheit dieses Tanzes zu erleben. Mit rhythmischen Palmas (Klatschen) im Copás (Takt) begleiten wir unseren Tanz und den Taconeo (Stampfen). Dazu lernen wir die typische Arm- und Handbewegung (floreos). Durch Flamencotanz die eigene Lebendigkeit ausdrücken ist eins der schönsten Dinge der Welt. Der Kurs ist geeignet für Anfänger ohne und mit Vorkenntnissen, Paaranmeldungen sind keine Voraussetzung.
Bitte mitbringen: feste Schuhe mit Absatz, die Damen einen schwingenden Rock

Birga Clausen
Samstag, 28.3.15, 14:30 - 18:00 Uhr
Sonntag, 29.3.15, 14:30 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, 34,60 €

 **20920KAB**

American Tap Dance – Grundkenntnisse des Stepptanzes
Stepptanz ist ein akustischer Bühnentanz mit Metall an den Sohlen, sodass der Tänzer zum Perkussion-Musiker wird. Dies unterscheidet den Stepptanz von allen anderen Tanzstilen. An diesem Nachmittag werden Grundkenntnisse vermittelt und eine kurze, aber vollständige Bewegungssequenz unterrichtet. Ziel ist es hierbei, in die Welt des American Tap Dance einzutauchen und zu beobachten wie sich unser Körper in ein Percussion-Instrument verwandelt.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und saubere Halbschuhe mit einer glatten Sohle (ideal: Ledersohle, bitte keine Gummisohle).

Sabine Pahlke
Samstag, 13.6.15, 15:00 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, 20,60 €
Maximal 7 Teilnehmer/-innen

20921

„Kannst Du gehen, kannst Du tanzen!“ Internationale Folktänze
Frei nach dem alten ungarischen Sprichwort ist dieser Kurs eine tolle Gelegenheit, sich auf die Tanzfläche zu wagen! Der Spaß und das Miteinander stehen bei den Kreis- und Gassen-Tänzen im Mittelpunkt. Die Schrittfolgen sind leicht umzusetzen und ermöglichen einen schnellen Zugang zum Tanz. Es wird zu lebhaften, aber auch ruhigen internationalen Folk-Melodien getanzt und gelacht. Eine Teilnahme ist auch ohne Partner möglich.

Sonja Hartmann
Freitag, 22.5.15, 18:30 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 13,60 €, Kleingruppe

20922

Tanzen ist Honig für die Seele
Kreativer Tanz für Frauen
Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die gerne tanzen, sich etwas Gutes tun möchten und auf sich selbst neugierig sind. Tanzen ist ein wunderbarer Weg mit uns selbst und mit anderen in Kontakt zu kommen, mit dem eigenen Bewegungsausdruck zu experimentieren und Zugang zu unseren Kraftquellen und Ressourcen zu finden. Wir widmen uns verschiedenen Bewegungsthemen. Die zu Beginn angeleiteten Bewegungen gehen über in die freie, selbstbestimmte Bewegungslust und Ausdrucksfreude. Wir tanzen nach moderner Musik, lassen uns aber auch inspirieren von Klängen aus aller Welt.
Alle Frauen sind willkommen und Vorerfahrung im Tanz ist nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke

Sonja Hartmann
Samstag, 23.5.15, 10:00 - 14:00 Uhr
Volkshochschule, 22,00 €, Kleingruppe

20924

Freier Tanz – Improvisation
Freies Bewegen und Darstellen als Körper- und Sinneserfahrung ist ein geeignetes und beliebtes Ausdrucksfeld. Mit kreativer Anleitung und Hilfe kommen sie gezielt in Bewegung, entdecken die eigenen Bewegungsqualitäten, schulen die Körperwahrnehmung und die Vorstellungskraft. Sie lernen ihren Körper und seine Bewegung als Ausdrucksmittel einzusetzen. Durch Ausprobieren, Loslassen und Experimentieren wird eine Brücke gebaut zwischen dem Tanz als Ausdrucksform und dem Einklang von Körper, Geist und Seele. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme, luftige Bewegungs-/Sportkleidung, Getränke, rutschfeste Socken

Nia Dominique Frahm
montags, ab 20.4.15, 19:00 - 20:30 Uhr, 6x
Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe



NEU **21100**

Einstieg in die digitale Spiegelreflex-Fotografie

Fotografieren in der Vollautomatik ist keine Kunst, die Möglichkeiten einer Kamera lassen sich meistens aber erst ausreizen, wenn man versteht sie manuell zu bedienen. In diesem Kurs wollen wir diese Möglichkeiten kennenlernen, die digitale Spiegelreflex- oder spiegellose Systemkameras bieten. Wir lernen die Zusammenhänge zwischen ISO-Wert, Blende und Belichtungszeit kennen und klären Begriffe wie Tiefenschärfe, Weißabgleich, Histogramm, Aufnahmeformat etc. Durch praktische Übungen lernen wir, wie sich diese Hintergrundinformationen nutzen lassen, um das Optimum aus der eigene Kamera herauszuholen.
Bitte mitbringen: eigene Spiegelreflex- oder Systemkamera mit Speicherkarte und geladenem Akku, sowie ggf. Stativ und unbedingt Bedienungsanleitung der Kamera

Jörg Schmidt
Freitag, 24.4.15, 19:00 - 22:00 Uhr
Samstag, 25.4.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 51,40 €, Kleingruppe

Portraitfotografie „Kurzkurs“
Praxis der Menschenfotografie!

Leitung: Jörg Asmus-Wieben
In diesen drei Stunden geht’s nur um’s Fotografieren: Du bringst eine Digitalkamera mit Wechselobjektiv und ein Model mit, ich stelle das Studio, das Licht und das Know-how. Und wenn’s Dir Spaß gemacht hat, kommst Du zum nächsten Kurzkurs wieder!
Bitte mitbringen: eine digitale Kamera mit Wechselobjektiv, ein Model, ggf. Laptop/Tablet zum Bilder gucken
Maximal 5 Teilnehmer/-innen
Jeder Kurstag ist unabhängig von den anderen Kurzkursteilen buchbar.

NEU **21101KAB**

Portraitfotografie „Kurzkurs“ I

Sonntag, 25.1.15, 17:00 - 20:00 Uhr
Fotostudio „Werkraum“,
Otto Hahn Straße 2, 38,60 €

NEU **21102KAB**

Portraitfotografie „Kurzkurs“ II

Sonntag, 8.3.15, 17:00 - 20:00 Uhr
Fotostudio „Werkraum“,
Otto Hahn Straße 2, 38,60 €

NEU **21103KAB**

Portraitfotografie „Kurzkurs“ III

Sonntag, 19.4.15, 17:00 - 20:00 Uhr
Fotostudio „Werkraum“,
Otto Hahn Straße 2, 38,60 €

NEU **21104KAB**

Portraitfotografie „Kurzkurs“ IV

Sonntag, 31.5.15, 17:00 - 20:00 Uhr
Fotostudio „Werkraum“,
Otto Hahn Straße 2, 38,60 €

21106KAB

Lightroom – Adobe Photoshop
Lightroom in einfachen Schritten erklärt

Photoshop Lightroom ist ein Bildbearbeitungsprogramm, mit dem jeder schnell die entstandenen Bilderfluten sichten, reduzieren und sortieren kann. Danach folgt eine Bildbearbeitung, die je nach Geschmack, Zeit und Wissensstand mehr oder weniger aufwändig sein kann. In diesem Kurs geht es darum, in das Programm einzuführen und vorhandenes Wissen auszubauen, ohne gleich alle Feinheiten des Programms zu kennen.
Bitte mitbringen: eigenen Laptop, auf dem das Programm bereits installiert ist

Susanne Bielenberg-Bruhn
Freitag, 27.2.15, 18:00 - 21:30 Uhr
Samstag, 28.2.15, 14:30 - 18:00 Uhr
Sonntag, 1.3.15, 10:00 - 13:30 Uhr
Volkshochschule, 59,80 €
Maximal 7 Teilnehmer/-innen

21107KAB

Lightroom – Adobe Photoshop
Lightroom Aufbaukurs

Dieser Kurs baut auf dem ersten Lightroom-Kurs auf, in dem das Modul Bibliothek ausführlich behandelt wurde und erste Schritte in der Bildbearbeitung gemacht wurden. Jetzt geht es darum, die Bildbearbeitung zu vertiefen und in die Module Diaschau und Druck hineinzuschauen.
Voraussetzung: Besuch des ersten Lightroom-Kurses (21106KAB) oder entsprechendes Vorwissen.
Bitte mitbringen: eigenen Laptop, auf dem das Programm bereits installiert ist

Susanne Bielenberg-Bruhn
Freitag, 13.3.15, 18:00 - 21:30 Uhr
Samstag, 14.3.15, 14:30 - 18:00 Uhr
Sonntag, 15.3.15, 10:00 - 13:30 Uhr
Volkshochschule, 59,80 €
Maximal 7 Teilnehmer/-innen

NEU **21109**

Einführung in die Nacht- und Restlichtfotografie

Die Nacht- und Restlichtfotografie bietet besonders in beleuchteten Städten die Möglichkeit Motive in ein ganz spezielles Licht zu tauchen und erstrahlen zu lassen. Hierzu kann man sich schon vorhandene Lichtquellen wie Laternen, Ampeln, Schaufenster, vorbeifahrende Autos, etc. zu Nutze machen. In diesem Workshop lernen wir alles, was zu beachten ist, um unter diesen Bedingungen mit beeindruckenden Aufnahmen nach Hause zu kommen. Nach dem Kurs sind auch Begriffe wie Blaue Stunde, HDR oder Exposure Blending keine Fremdworte mehr. Am 1. Kurstag lernen wir die theoretischen Grundlagen für die Nachtfotografie und machen ggf. erste Experimente, am 2. Kurstag fotografieren wir (Treffpunkt wird beim ersten Termin bekannt gegeben) und am 3. Kurstag besprechen wir Ergebnisse und sehen, wie wir aus manchem Bild noch mehr herausholen können.
Bitte mitbringen: eigene Spiegelreflex- oder Systemkamera mit Speicherkarte und geladenem Akku, sowie Stativ, ggf. Fernauslöser und unbedingt Bedienungsanleitung der Kamera

Jörg Schmidt
dienstags, ab 24.2.15, 19:00 - 22:00 Uhr, 3x
Volkshochschule, 51,40 €, Kleingruppe

21111

Offener Fototreff

Ein offenes Treffen, 1x im Monat für alle Fotointeressierten, um Tipps und Tricks auszutauschen, gemeinsam eigene, fremde und professionelle Bilder zu besprechen und um technische und gestalterische Grundlagen aufzufrischen. Analog- und Digitalfotografen sind gleichermaßen willkommen. Fotoexkursionen können gemeinsam geplant werden. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Dozententeam
Donnerstag, 19.3.15, 16.4.15, 21.5.15, 18.6.15, 16.7.15, 20.8.15
jeweils 20:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 15,00 €

21112
Fotorallye durch Neumünster
Auf geht's! Ob per Fahrrad oder zu Fuß, fünf knifflige Aufgaben warten darauf, fotografisch gelöst zu werden. Wie man die gestellten Fotografieaufgaben löst, ist der eigenen Phantasie überlassen. Wer sich der Herausforderung stellen will, wird am Startpunkt, im Kiek In!, eingewiesen und auf die Reise geschickt. Nach 5 Stunden wird von jedem Teilnehmenden zu jeder Aufgabe ein Bild in digitaler Form entgegen genommen.
Am zweiten Termin werden die Bilder vorgestellt, besprochen und prämiert. Die Gewinner erhalten als Preis ihr Siegerbild im Großformat.
Bitte mitbringen: Kamera (digital), Gebrauchsanweisung, Stativ (nicht unbedingt erforderlich).

Susanne Bielenberg-Bruhn / Klaus Wanke
Samstag, 13.6.15, 09:00 - 15:00 Uhr
Treffpunkt am Samstag (Holstenköstewochenende): Volkshochschule um 9:00 Uhr.
Donnerstag, 25.6.15, 19:30 - 21:45 Uhr
Volkshochschule, 9,50 €
Materialkosten in Höhe von 5,00 € sind am ersten Kurstag bei der Kursleitung zu bezahlen. Schriftliche Anmeldung wird benötigt.

NEU **21120KAB**
Videoworkshop Grundkurs I
Bis die Bilder laufen lernen
In diesem Seminar wird der Umgang mit der Videokamera, dem Camcorder oder der Spiegelreflexkamera mit digitalem Aufnahme-Sensor DSLR vertieft. Sie lernen die technischen Grundlagen Ihrer Kamera besser kennen. Wie z.B. Bildformate, Speichermedien, Handhabung und Bildauflösungen. Auch steht eine professionelle Kamera mit diversen Einstellmöglichkeiten zur Verfügung. Worte kann man nicht verfilmen. Aber die Aktionen. Jeder interpretiert ein bestimmtes Thema etwas anders. Bei selbstgedrehten Sequenzen im Ort wird die gute Kameraführung erläutert. Es wird ein kleines Script erstellt, nach dem man diverse Einstellungen ausprobieren kann. Sie erfahren, was ein Establishing Shot oder ein Achsensprung ist. Diverse Einstellgrößen, Kameraperspektiven und Kamerafahrten werden ausprobiert und was dabei zu beachten ist. Auch der Weißabgleich, der Goldene Schnitt und der Schuß-Gegenschuß werden erläutert. Und der gute Ton (O-Ton) darf auch nicht vergessen werden. Am zweiten Termin wird das Erlernte vertieft, nach einem kleinen Drehplan eine fiktive Begebenheit des täglichen Lebens mit dem vorhandenen Wissen filmisch umgesetzt, auf einem Speichermedium gesichert und gemeinsam begutachtet. Jetzt wird die Theorie mit der Praxis zusammengebracht. Fotokenntnisse sind hierbei von Vorteil aber nicht notwendig.
Achtung: Einen Kurs zum Thema „Drehbuch schreiben" finden Sie unter der Kursnummer 20003.
Bitte mitbringen: den eigenen Camcorder, wenn möglich geeignetes Speichermedium für die Bildbeurteilung (z.B. Laptop), wenn vorhanden eigene Kopfhörer

Bernd Renneberg
Samstag, 7.3. und 14.3.15
10:00 - 17:15 Uhr
Volkshochschule, 89,20 €
Kosten für Schulungsunterlagen in Höhe von 5,00 € sind am ersten Kurstag bei der Kursleitung zu bezahlen.
Maximal 7 Teilnehmer/-innen

NEU **21121KAB**
Videoworkshop Grundkurs II
Der gute Schnitt
Beim Videoschnitt geht es nicht darum, ein Programm richtig zu beherrschen, sondern darum, die Sinne des Sehens zu schärfen, damit man beim Schneiden (Editing) gleich erkennt, wie die Wirkung aufs Publikum ist. Die große Kunst liegt im Erkennen und Weglassen von Szenen. Es wird an Hand eines gängigen Schnittprogramms die Schnitttechnik erarbeitet. Die Anregungen und Tipps für die Filmgestaltung beim Schnitt lassen sich auch mit anderen Programmen umsetzen. Alles was man braucht, um einem Clip den richtigen Schliff zu geben, wird am PC erklärt und ausprobiert. Diverse Ausgabeformate werden je nach Anwendungszweck vorgestellt. Es kann eigenes Videomaterial mitgebracht werden. Vom Einlesen des Rohmaterials bis zum Export des fertigen Videos wird alles ausprobiert. Es wird die Linearmontage mit den verschiedenen Schnittarten wie Zwischenschnitt, Szenenumschnitt, Match Cut, sowie die Parallelmontage erklärt und ausprobiert. Auch die diversen Blenden können angewendet werden, genauso wie die Bildbearbeitung und Farbkorrektur. Bild-Ton- Versatz, Tonmischung und der Tonschnitt werden angewendet. Des Weiteren Möglichkeiten der Titelbearbeitung und des Abspanns. Ein weiteres Thema ist der Export des fertigen Videos. Die Möglichkeiten zur Herstellung von DVDs, Blu- Ray, Daten DVDs sowie das Wandeln und Hochladen der Clips für YouTube werden vermittelt. Allgemeine PC-Kenntnisse werden vorausgesetzt.
Achtung: Einen Kurs zum Thema „Drehbuch schreiben" finden Sie unter der Kursnummer 20003.
Bitte mitbringen: eigenen Laptop mit gängigem Videoschnittprogramm sowie ausreichendes Filmmaterial, Teilnehmer des Grundkurs I bitte das bereits erstellte Rohmaterial

Bernd Renneberg
Samstag, 21.3. und 28.03.15,
10:00 - 17:15 Uhr
Volkshochschule, 89,20 €
Kosten für Schulungsunterlagen in Höhe von 5,00 € sind am ersten Kurstag bei der Kursleitung zu bezahlen.
Maximal 7 Teilnehmer/-innen

21204
Scherenschnitte – Phantasien
in Schwarz-Weiß
Die Anfänge des Scherenschnittes liegen wahrscheinlich in China. Bei uns waren die schwarzweißen Bilder und Porträts jahrhundertelang sehr gefragt. Der älteste erhaltene Scherenschnitt in Deutschland stammt aus dem 17. Jahrhundert. Vor Erfindung der Fotografie war es fast die einzige Möglichkeit schnell ein Bild oder ein Porträt zu machen. Schon Goethe sagte: „Jedermann war darin geübt. Und kein Fremder zog vorüber, den man nicht an die Wand geschrieben hätte." Wer von uns kennt nicht die Postkarten-Kalender von Georg Plischke. Hildegund Hergenhan hat sich dieser Kunst verschrieben und wird in einem Workshop eine kurze Einführung mit Lichtbildern geben und danach Anleitungen für eigene Schnitte. Mit einfachen Ornamenten und Blumen wird begonnen, der eigenen Phantasie sind im Anschluss keine Grenzen gesetzt.
Bitte mitbringen: kleine Schere

Hildegund Hergenhahn
Samstag, 14.3.15, 11:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 28,20 €, Kleingruppe
Materialkosten für Spezialpapier in Höhe von 2,00 € sind in den Kursgebühren enthalten.

21310
Kreatives Nähen – Thema: Nähen
für die Kids und Enkel
für Anfänger/-innen und Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Wer Lust und Zeit hat ein neues Hobby zu erlernen oder seine Kenntnisse zu vertiefen, der kann das in diesem Kurs in entspannter Atmosphäre machen. Es dreht sich alles um



die „Kids“: bunt, schrill oder lässig – vom Schmusekissen, Schnuffeltuch, bis hin zu Kissen, Tasche, Freizeithose oder auch verspielter Mode für die Teens. Hier können eigene Ideen unter fachkundiger Anleitung verwirklicht werden. Gemeinsame Ideen, Kreativität und Spaß kennen hier keine Grenzen und stehen im Vordergrund. Der spätere Einstieg in den Kurs ist möglich.
Bitte mitbringen: eigene Nähmaschine, Stoff, scharfe Schere, Näh- und Stecknadeln, passendes Nähgarn, Maßband sowie Papier oder Folie zum Durchpausen von Schnittmustern

Marita Nagel
montags, ab 23.2.15, 19:00 - 21:15 Uhr, 8x
Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

21351
Webkurs für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene
In Kooperation mit dem Museum Tuch + Technik

Das Museum Tuch + Technik bietet den Teilnehmern des zweitägigen Kurses die Möglichkeit, auf historischen und modernen Webstühlen und Webrahmen weben zu lernen. Vom Geschirrtuch über Schal bis hin zum Teppich kann alles mit Hilfe der Handwebmeisterin gewebt werden. Das fertige Stück kann nach Abschluss des Kurses mitgenommen werden.
Achtung: Anmeldung bis zum 6. März 2015 erforderlich

Kirsten Rolle / Gerhild Schröder
Samstag, 21.3.15, 10:00 - 15:15 Uhr
Sonntag, 22.3.15, 10:00 - 15:15 Uhr
Museum + Tuch und Technik, 63,80 €
Materialkosten sind nach Verbrauch und Beschaffenheit des Materials (zwischen 5 und 15,00 €) bei der Kursleitung zu bezahlen. Maximal 7 Teilnehmer/-innen

21353
Teppich weben
In Kooperation mit dem Museum Tuch + Technik

Teppiche aus Rohwolle, Teppichgarnen und Flicken können die Teilnehmer - auch ohne Vorkenntnisse - auf großen Handwebrahmen herstellen. Der Webrahmen wird zu Beginn des Kurses bespannt und am Ende kann der fertige Teppich bzw. ein Teppichläufer mitgenommen werden. Das Material kann bei der Kursleitung erworben oder selbst mitgebracht werden. Fragen zum Material beantworten die Handweberinnen des Museums Tuch + Technik.
Achtung: Anmeldung bis zum 14. Februar erforderlich!

Kirsten Rolle / Gerhild Schröder
Samstag, 28.2.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Sonntag, 1.3.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Museum Tuch + Technik, 73,60 €, Kleingruppe, Maximal 7 Teilnehmer/-innen

21362
Sockenstricken einmal anders – von der Spitze zum Bündchen
Sie haben schon einmal Socken gestrickt und ärgern sich jedes Mal, dass noch so viel Restgarn übrig bleibt? Wie wäre es dann, die Socken einmal an der Spitze anzufangen und mit dem Bündchen zu enden? So können Sie den Schaft so lang stricken, wie noch Wolle da ist. Wir orientieren uns an dem Buch „Von der Spitze zum Bündchen - Socken stricken andersrum“ von Wendy Johnson.
Bitte mitbringen: ein Nadelspiel Stärke 2,5 (am besten aus Holz oder Bambus), zwei Rundstricknadeln Stärke 2,5 (Länge beliebig), für ein Paar Socken bis Größe 42: 2 x 50 g helle Sockenwolle von Regia (vierfädig), wenn vorhanden eine Häkelnadel

Astrid Schweppe
donnerstags, ab 12.2.15, 19:00 - 20:30 Uhr, (am Do., 19.2.15 bis 21:15 Uhr) 3x,
Volkshochschule, 23,40 €, Kleingruppe

NEU **21401**
Modedesign für Einsteiger – Crashkurs Fashion – Kreativ ins Wochenende
Dieser Fashion & Design Kurs gibt einen außergewöhnlich tiefen Einblick in die Welt der Mode aus der Sicht eines Modedesigners. Durch kreative Übungen wird spezifisches Fachwissen und Experimentieren vermittelt. Die Kursteilnehmer erhalten die Möglichkeit ihre kreativen Fähigkeiten zu testen und zu entwickeln. Sie lernen wie Sie Ihre eigene Kollektion entwerfen und Ihre Ideen modisch und realistisch darstellen können. Darüber hinaus entsteht die Möglichkeit sich mit modeinteressierten Leuten in einem kreativen Umfeld zu treffen und auszutauschen.
Der Kurs Modedesign bietet Ihnen Übungen in folgenden Bereichen:
Einführung in die Modewelt, Inspiration und Recherche, Mood-, Story- and Conceptboards, Experimentelles Zeichnen (Modeillustration, Entwurf & Design), richtige Farb- und Textilauswahl, Trends und Trendprognosen, praktische Übung: Experimentelle Umsetzung der Entwürfe in Probestoff mit Nähen/Tackern/Kleben
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: DIN A4/A3 Papier blanko, Transparentpapier, Modemagazine o.ä., Bleistifte, Fineliner schwarz, COPIC Marker (wenn vorhanden), Geodreieck, Schere, Kleber/Klebefilm und weitere Mal- und Zeichenutensilien, mit denen man gerne arbeiten möchte

Landa Reimer
freitags, ab 20.2.15, 18:30 - 20:00 Uhr, 6x
Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe
Es fallen zusätzliche Materialkosten für Nesselstoff in Höhe von ca. 3,00 €/m an.

22000
Schnupperabend – Wein für alle
An einem Abend durch die ganze Wein-Welt

In einer Tour de Force kann sich jeder von der großen Bandbreite des Weines überzeugen. Es werden kurze Informationen zu Weinen aus Deutschland, Europa und der Welt - weiß und rot, trocken bis süß - und zu Sekt und Co gegeben. Der eigene Geschmack steht an diesem Abend im Mittelpunkt. Finden Sie Ihren Liebling. Wir verkosten ca. 10 verschiedene Weintypen aus aller Welt.
Mindestalter: 18 Jahre - Autofahrer mögen berücksichtigen, dass an diesem Abend ca. 10 verschiedene Weine vorgestellt und probiert werden.

Ingo Kühl
Freitag, 27.3.15, 20:00 - 22:15 Uhr
Volkshochschule, 18,80 €
In der Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 10,00 € für Wein, Probiergläser und Unterrichtsmaterialien enthalten.

22002
Weinkunde
alles über Wein für Einsteiger
Alles, was Sie schon immer über Wein wissen wollten! Begeistern Sie sich für die Aromenvielfalt, die Unterschiede der Rebsorten, die Faszination der Herkunft. Orientieren Sie sich in der weiten Welt der Weine und finden Sie Ihre Lieblinge aus Deutschland. Qualitäten, Reife, Geschmackstufen werden durch Verkostung von etwa 10 verschiedenen Weinen in lockerer Weise sinnlich erlebbar. Im Mittelpunkt der Weinproben stehen die Weine aus Deutschland.
Mindestalter: 18 Jahre - Autofahrer mögen berücksichtigen, dass pro Abend ca. 8 bis 10 verschiedene Weine vorgestellt und probiert werden.

Ingo Kühl
donnerstags, ab 2.4.15, 20:00 - 22:15 Uhr, 2x, Volkshochschule, 36,60 €
In der Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 20,00 € für Wein, Probiergläser und Unterrichtsmaterialien enthalten.

22003
Weinkunde – mehr über Wein
Die großen Europäer: Wie wird Wein in den großen Weinnationen Europas hergestellt? Wir erfahren alles über Qualitäten in Europa, aber auch über Weinfehler, Weinhandling und vieles mehr. In lockerer Form verkosten und vergleichen wir Weine aus Frankreich, Spanien, Italien und weiteren europäischen Ländern. In diesem Seminar wird aufbauend auf „Alles über Wein für Einsteiger“ weiteres Wissen vermittelt. Im Mittelpunkt der Weinproben stehen Weine aus Europa.
Mindestalter: 18 Jahre - Autofahrer mögen berücksichtigen, dass pro Abend ca. 8 bis 10 verschiedene Weine vorgestellt und probiert werden.

Ingo Kühl
donnerstags, ab 23.4.15, 20:00 - 22:15 Uhr, 2x, Volkshochschule, 36,60 €
In der Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 20,00 € für Wein, Probiergläser und Unterrichtsmaterialien enthalten.

30763J
Kometenweine
In der älteren Weinbau-Geschichte gab es immer wieder herausragende Jahrgänge, die angeblich mit dem Erscheinen eines großen Kometen in Zusammenhang standen. Diese offensichtlichen Zufälle haben uns bewogen, einmal für die jüngere Vergangenheit der letzten 30 Jahre ähnliche Kombinationen vorzustellen. Hochinteressante Informationen in Wort und Bild zu einem Dutzend großer Kometen werden gepaart mit deren korrespondierenden Jahrgangs-Weinen, d. h. mit verschiedenen deutschen Rot- und Weißweinen inklusive einer interessanten Käse-Wein-Verkostung und passenden Informationen zu Flaschenverschlüssen, Rebsorten, Weinlagerung und Weinalterung. Bei diesem Event können Sie Neumünsters neu gestaltete VHS-Sternwarte besichtigen und bei gutem Wetter auch selbst einen Blick durch das große Teleskop werfen.
Mindestalter 18 Jahre - Autofahrer mögen berücksichtigen, dass 10 verschiedene Proben vorgestellt werden.

Udo Ludwig / Marco Ludwig
Samstag, 24.1.15, 19:00 - 22:30 Uhr
vhs-Sternwarte, 31,40 €
Veranstaltungsort: vhs-Sternwarte Neumünster in der DRK-Fachklinik, NMS-Gartenstadt, Am Hahnknüll Nr. 58 im Hauptgebäude mit der Kuppel
In der Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 20,00 € für Wein, Brot, Käse, Wasser etc. enthalten.

22010
Secco, Sekt, Champagner und Co.
Was Sie schon immer über diese spritzigen Weinarten wissen wollten: Grundweine, Herstellungsverfahren, Qualitätskriterien, Industrieschaumwein, Winzersekt, Lagerzeiten, Handling. Wichtige schäumende Weine Mitteleuropas werden besprochen und probiert. Damit bietet der Kurs eine kompetente Verbraucherberatung.
Mindestalter 18 Jahre - Autofahrer mögen berücksichtigen, dass 8-10 verschiedene Proben vorgestellt werden.

Udo Ludwig
Samstag, 28.3.15, 20:00 - 22:15 Uhr
Volkshochschule, 23,80 €
In der Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 15,00 € für Wein, Brot, Wasser etc. enthalten.

NEU **22020**
Whisky Inside: Virtueller Rundgang durch eine Destillerie
Der Herstellungsprozess eines Malt Whiskys einmal im Detail vorgestellt. Anhand vieler Fotos aus schottischen Brennereien schauen wir uns den Herstellungsprozess und den Einfluss der verschiedenen Herstellungsstufen auf den Geschmack des Whiskys an. Letzteres unterstützen wir durch Probieren verschiedener Malts.
Mindestalter 18 Jahre: Autofahrer mögen berücksichtigen, dass pro Abend ca. 6 Whiskys probiert werden.

Ingo Kühl
Donnerstag, 26.2.15, 20:00 - 22:15 Uhr
Volkshochschule, 18,80 €
In der Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 10,00 € für Proben und Unterrichtsmaterialien enthalten.

22021
Whiskykunde Spezial:
Das ideale Paar – Whisky & Sherry
Für viele das ideale Paar: Single Malt Whisky im Sherryfass gereift! Aber welche Sherry-Art? Was für ein Fass? First Fill, Second Fill? Finish oder nicht? Wir probieren Whiskys und Sherrys, die in denselben Fässern gelagert wurden. Verschiedene Sherryarten, ihre Herstellung und ihr Einfluss auf den Whisky werden vorgestellt.
Mindestalter 18 Jahre: Autofahrer mögen berücksichtigen, dass an diesem Abend mehrere Whiskys und Sherrys probiert werden.

Ingo Kühl
Freitag, 13.2.15, 20:00 - 22:15 Uhr
Volkshochschule, 20,80 €
In der Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 12,00 € für Proben und Unterrichtsmaterialien enthalten.

NEU **22040**
Sherry, Port & Co.
Sherry, Portwein, Madeira, Marsala und anderes sind heute nicht mehr groß in Mode. Sogenannte Starkweine oder aufgespritete Weine sind aber einen Versuch wert. Die große Vielfalt der Weine wird vorgestellt und es gibt die Möglichkeit einiges zu probieren. Auch für Whiskytrinker ist dieser Kurs interessant, da die vorgestellten Weine oft als Finish erhältlich sind.
Mindestalter 18 Jahre: Autofahrer mögen berücksichtigen, dass an diesem Abend ca. 6 Sherry/Portweine probiert werden.

Ingo Kühl
Samstag, 14.3.15, 20:00 - 22:15 Uhr
Volkshochschule, 20,80 €
In der Kursgebühr sind Materialkosten in Höhe von 12,00 € für Proben und Unterrichtsmaterialien enthalten.



Programmbereich Gesundheitsbildung

„vhs macht gesünder!“

belegt eine bundesweite Studie des Universitätskrankenhauses Eppendorf zur Wirksamkeit von Entspannungskursen an Volkshochschulen. Um die Gesundheit eigenverantwortlich zu stärken, ist Gesundheitskompetenz unerlässlich. Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. In unseren Bildungsangeboten erfahren Sie, was alles zu einem gesunden Lebensstil gehören kann, wie Sie Stress abbauen, Ihren Körper positiv wahrnehmen, die eigene Kraft spüren und sich ausgewogen ernähren können. Lernen Sie von den Sichtweisen anderer Menschen, erwerben Sie die Fähigkeit, mit Stress konstruktiv umzugehen und Krisen erfolgreich zu überwinden. All das stärkt Ihre psychischen und physischen Ressourcen, macht Sie fit für Alltag und Beruf und fördert Ihre Gesundheit nachhaltig.

Hinweis

Die vhs ist kein Ort für Therapie. In einigen Veranstaltungen können Sie verschiedene Heilverfahren z.T. auch praktisch kennenlernen – dies dient nur der Information oder der Hilfe zur Selbsthilfe und kann weder eine Behandlung ersetzen noch zum Behandeln anderer befähigen. Wenn Sie nicht sicher sind, ob ein Kurs für Sie geeignet ist, bieten wir Ihnen im Vorfeld individuelle Beratung an, ggf. sollten Sie, wenn Sie sich in Behandlung befinden, mit Ihrer Therapeutin/Ihrem Therapeuten über die Teilnahme an diesem Kurs sprechen. In unseren Kursen sind Sie für sich selbst verantwortlich und bestimmen selber Ihre Grenzen.

30003V

Wenn die Vergangenheit näher ist als die Gegenwart – Menschen mit Demenz besser verstehen

Auch wenn Demenz nicht gleich Demenz ist, gibt es gemeinsame und häufig auftretende Symptome. Mehr Verständnis und Wissen über Alzheimer und andere Demenzformen erleichtern die Begegnung mit den Betroffenen. Im Vortrag werden grundlegende medizinische Informationen ergänzt durch den Versuch, die Welt von Menschen mit Demenz besser zu verstehen. Vielleicht gelingt es damit, dieser Krankheit etwas Angst und Schrecken zu nehmen, heitere und positive Momente bewusster wahrzunehmen und öfter zu erleben.

Dr. Renate Richter
Dienstag, 3.3.15, 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

30007

Leichterer Umgang mit Lern- und Prüfungsstress

Dem Stress beim Lernen und den Prüfungen entgegenwirken und die Gefahren des „black outs“ reduzieren. In diesem Kurs werden kleine Selbsthilfetechniken gezeigt und erlernt sowie eigene Hilfsmittel erstellt, mit denen Sie Wissen entspannter in den Kopf bekommen und in der Prüfung auch auf das Papier.
Bitte mitbringen: Schreib-und Farbstifte

Monika Ramzani
Samstag, 21.3.15, 14:00 - 17:15 Uhr
Volkshochschule, 19,80 €
In der Kursgebühr sind Materialkosten für Hilfsmittel (Karten und Folien) in Höhe von 2,00 € enthalten.



Eine telefonische Anmeldung bei der vhs ist unbedingt erforderlich: 04321-707690
Die Vorträge finden im Patientencafé des Friedrich-Ebert-Krankenhauses, Friesenstr. 11, statt. Der Eintritt ist frei.

30020V

Depression nach Schlaganfall – wenn auch die Seele gelähmt ist

Ein Schlaganfall geht nicht nur mit körperlichen Einschränkungen einher, die eigentlich schon schlimm genug wären. Häufig leiden Schlaganfallpatienten zusätzlich unter

schwerwiegenden psychischen Belastungen. Die sogenannte Post-Stroke-Depression stellt dabei eine ernstzunehmende Komplikation des Hirninfarktes dar und betrifft rund ein Drittel der Patienten. Im Vortrag werden bisher erforschte Ursachen, typische Symptome, aktuelle Behandlungsmöglichkeiten sowie die Bedeutung für die Praxis vorgestellt.

Sönke von Drathen
Funktionsoberarzt, Station 63
Klinik für Neurologie und Psychiatrie
Montag, 20.4.15, 19:00 - 21:00 Uhr
FEK, gebührenfrei

30100

Entspannungshilfen für den Alltag

Stress ist ein Bestandteil unseres Lebens, dem keiner entfliehen kann. In diesem Kurs bekommen Sie einen Einblick in verschiedene, bewährte Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Atemübungen, Yoga, Qigong u.a.m.). Sie werden unterschiedliche Übungen ausprobieren und die Wirkung spüren. Auf diese Weise können Sie die zu Ihnen passende Methode finden. Es gibt viele Wege, die zu mehr Ruhe und Gelassenheit führen.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke und ein Kissen

Ilka Schüler
Montag, 23.2.15, 15:30 - 18:30 Uhr
Volkshochschule, 17,80 €, Kleingruppe

30104
Einfach sitzen – Meditieren mit Spaß
Immer öfter weisen wissenschaftliche Studien darauf hin, dass Meditation positive Auswirkungen auf das Gehirn, auf chronischen Schmerz, bei Stressleiden und Depression hat. Die Meinungen, wie man richtig meditiert und welche Methode die beste ist, gehen auseinander. Dieser Kurs bietet einen Überblick über Meditationstechniken, wie man richtig meditiert und die jeweilige Technik in den Alltag integrieren kann. Ausprobiert werden verschiedene stille und dynamische Meditationen. Vermittelt werden außerdem die drei Elemente der Meditation und interessante Tipps auf dem Weg zur Bewusstheit. Ziel ist, die jeweils passende Methode für sich selbst zu finden und anwenden zu können. Gleichzeitig ist es eine wunderbare Reise nach Innen - dorthin, wo es nichts mehr zu tun gibt. Aus dem Inhalt: Einführung in die Meditation/Nadabrahma/Vipassana /Kundalini-Meditation/ Einfach sitzen: Zen
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Sitzkissen, Meditationskissen oder -bänkchen

Anne Katrin Ohlsen
Sonntag, 22.3.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 34,60 €

30105
Wohlfühlnachmittag für Frauen mit Shiatsu- und Akupressurmassage
Shiatsu ist eine alte, aus Japan kommende Fingerdruckmassage. Sie beruht auf der Vorstellung von Meridianen (Energiebahnen), die den ganzen Körper durchziehen und für unseren Energiefluss Verantwortung tragen. Ist Energie blockiert, so spüren wir dies als Verspannung oder Stress bis hin zum Schmerz. An diesem Wohlfühlnachmittag lernen Sie einfache Shiatsu-Abläufe für Rücken, Schulter, Nacken und Kopf kennen und es werden außerdem Akupressurpunkte zur Linderung von Alltagsbeschwerden gezeigt.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Kissen, Decke und Getränke

Anke Schauf
Samstag, 14.3.15, 14:00 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, 22,00 €

30106
Einführung in die Progressive Muskelentspannung nach Jacobson und in das Autogene Training
In diesem Kurs lernen Sie zwei bewährte Entspannungstechniken kennen: Das „Autogene Training" und die „Progressive Muskelentspannung". Die Anfängerübungen aus beiden Verfahren sind sofort einsetzbar und erleichtern Ihren Alltag. Entspannung führt zu mehr Gelassenheit und besserer Gesundheit, Körper und Geist kommen zur Ruhe. Die Übungen helfen Ihnen, stressbedingter Dauerspannung wohltuend entgegenzuwirken.
Bitte mitbringen: bequeme und warme Kleidung, warme Socken und ein Kissen

Ilka Schüler
donnerstags, ab 26.2.15, 19:15 - 20:45 Uhr, 3x, Volkshochschule, 20,20 €, Kleingruppe

30107
ZENbo® Balance – Harmonie für Körper, Geist und Seele
Wer ZENbo® Balance kennenlernen möchte und vielleicht aus Zeitgründen wöchentliche Kurse nicht besuchen kann, ist hier genau richtig, um für seine Gesundheit etwas zu tun. ZENbo® Balance vereint ZEN & Meditation mit fernöstlichen Bewegungsübungen (z.B. aus dem Yoga und Qigong) und klassischen westlichen Entspannungsverfahren (wie z.B. die Progressive Muskelentspannung und Autogenes Training). ZENbo® Balance verbessert gezielt die Körperwahrnehmung und bringt Körper und Geist ins Gleichgewicht. Dieser sanfte Relax-Mix ist für jeden geeignet, löst innere Blockaden und sorgt für Entspannung, Stressbewältigung und Gelassenheit im Alltag. Personen, die bisher weder Körper noch Geist trainiert haben, lernen sich selbst zu spüren. Sie können vieles sofort in ihren Alltag integrieren, um im Einklang mit sich selbst zu sein und mehr Gelassenheit zu erlangen. Menschen, die viel meditieren jedoch ihren Körper bisher ein wenig vernachlässigt haben, beginnen durch das ganzheitliche Konzept auch den Körper bewusst wahrzunehmen. Und alle, die schon einiges für sich tun, beispielsweise Yoga oder Qigong praktizieren, können Bekanntes auf neue Weise erfahren und mit noch Unbekanntem ihren Erfahrungsschatz erweitern.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke, evtl. ein kl. Kissen, Getränk
Achtung: Anmeldung bis zum 5.3.2015 erforderlich

Dr. Karen Schöne
Freitag, 20.3.15, 14:30 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, 17,80 €, Kleingruppe

30110
Dem Gedächtnis auf die Sprünge helfen
Workshop
In diesem Kurs bekommen Sie einen Einblick in Gedächtnis- und Entspannungsübungen, mit denen Sie Ihrem Gedächtnis auf die Sprünge helfen können. Trainieren Sie Ihre Wahrnehmung, Konzentration, Wortfindung, Merkfähigkeit und das Erinnerungsvermögen. Bereits eingeschränkte Fähigkeiten werden wieder reaktiviert. Entdecken Sie neue Denkstrategien und erweitern Sie Ihr Wissen über Denk- und Gedächtnisvorgänge. Alle Übungen erfolgen ohne Zeitlimit und Leistungsdruck, sondern sollen vor allem Spaß machen.

Birgit Wriedt
Samstag, 28.3.15, 10:00 - 14:45 Uhr
Volkshochschule, 26,20 €
Materialkosten für Kursunterlagen in Höhe von 2,00 € sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

Dozentenportrait



Heinrich Carstens

Mein Name ist Heinrich Carstens, ich lebe in Neumünsters Innenstadt. Meine Ausbildung zum Yogalehrer habe ich durch Liselotte Kluge erhalten, sie war meine Vorgängerin an der vhs Neumünster. Auch im „Yogahaus" in der Fabrikstraße 11, das jetzt nach 31 Jahren geschlossen und abgerissen wird, war ich seit Jahren tätig.
Meine Kurse an der Volkshochschule „Mit Yoga ins Wochenende" bieten ein Yoga, das als Schwerpunkt Entspannung und Wahrnehmung von Körper und Energie hat.



Yoga am Vormittag
für Anfänger

Praxisorientiert erlernen Sie Übungen aus dem Hatha Yoga, mit denen Sie Ihren Körper neu und besser wahrnehmen und eine geschmeidige Beweglichkeit erlangen können. Die tiefe Entspannung spielt – neben dem Gespür für den Atem – eine zentrale Rolle. Sie gewinnen damit ein sinnvolles Handwerkszeug gegen Hektik und einseitige Belastung im Alltag.
Sie brauchen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein kleines Kissen

Schnupper-Yoga am Vormittag
Leitung: Barbara Voges

30123
mittwochs, ab 3.6.15, 08:45 - 10:15 Uhr, 4x
Volkshochschule, 26,60 €, Kleingruppe

Yoga am Vormittag
für Fortgeschrittene

30124
montags, ab 9.2.15, 08:45 - 10:15 Uhr, 13x
Volkshochschule, 84,20 €, Kleingruppe

30125
montags, ab 9.2.15, 10:30 - 12:00 Uhr, 13x
Volkshochschule, 84,20 €, Kleingruppe

30130
Ich beweg‘ mich: Yoga für den Einstieg



Ein Kurs in Kooperation mit der Apotheken Umschau

Es ist nie zu spät, um mit Yoga anzufangen! Dabei spielt es keine Rolle, wie alt Sie sind, ob Sie beweglich sind oder wie gut Sie entspannen können. Sie können in jeder Lebensphase mit Yoga beginnen. Die Bewegungsabläufe, Achtsamkeits- und Meditationsübungen lassen sich für Einsteiger in einer großen Bandbreite variieren. Hier lernen Sie die Grundprinzipien des Hatha-Yoga kennen und erfahren, wie Sie durch sanft angeleitete Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit und Kraft finden können.
Gut für alle, die auf der Suche nach einem alltagstauglichen Weg sind, um wieder mehr im Augenblick anzukommen und die eigene Kraft zu spüren. Vorerfahrungen mit Yoga sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein kleines Kissen
Ilka Schüler
mittwochs, ab 11.2.15, 19:45 - 21:15 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

WICHTIG!

Für alle Yogakurse gilt:
Sie brauchen:
bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein Kissen. Viele der Übungen finden auf dem Boden statt. Fragen im Zusammenhang mit Erkrankungen von Hüfte, Knie und Rücken bitte im Vorfeld mit der vhs oder dem behandelnden Arzt klären.

30131
Yoga am Abend für Fortgeschrittene
Yoga bietet vielfältige Möglichkeiten, die Selbstwahrnehmung und die Lebensqualität zu verbessern. Innere Ausgeglichenheit und ein gelassener Umgang mit Stresssituationen wird durch Yoga wirkungsvoll unterstützt. In diesem Kurs werden klassische Körperhaltungen (Asanas) aus dem Hatha-Yoga Schritt für Schritt erlernt und geübt. Über die Haltung den eigenen Körper besser wahrnehmen und ihn mit gezielten Übungen zu stärken, trägt zu einem positiven Lebensgefühl bei. Entspannungen und Atemtechniken vervollständigen das Programm.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und ein kleines Kissen

Ilka Schüler
mittwochs, ab 11.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

Mit Yoga ins Wochenende
Leitung: Heinrich Carstens

Lösen Sie sich von den Aufregungen und der Hast der Woche. Mit geführter Entspannung und Atemübungen aus dem Yoga können Sie Stress abbauen, innere Ruhe, Wohlbefinden und Frische fördern. Die Verbindung von Bewegung, Wahrnehmung, Fühlen und Denken verbessert das Gespür für die Energie von Körper, Geist und Seele.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und kleines Kissen

30132
freitags, ab 13.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 12x
Auch in den Ferien, nicht am 24.4. und 22.5.15, Volkshochschule, 63,40 €

30133
freitags, ab 13.2.15, 19:45 - 21:15 Uhr, 12x
Auch in den Ferien, nicht am 24.4. und 22.5.15,
Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

30134

Yoga sanft – 50 plus

Mit Yoga lässt sich die Lebensqualität bis ins hohe Alter erhalten. Yoga-Übungen, speziell abgestimmt auf die „reifere Generation", erwarten Sie in diesem Kurs. Wir üben Schritt für Schritt klassische Asanas (Körperhaltungen) aus dem Hatha-Yoga und nehmen dabei besondere Rücksicht auf die altersbedingten Beeinträchtigungen. Sanfte, gelenkschonende Übungen in entspannter Atmosphäre unter Gleichgesinnten sollen unsere Beweglichkeit und Lebensfreude steigern. Ausgedehnte Entspannungsphasen runden die Yoga-Stunde ab.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, ein Handtuch, eine Decke und ein Kissen

Anett Babel
donnerstags, ab 12.2.15, 16:15 - 17:45 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

 **30135**

Qigong mit Muße
Ba Duan Jin - Die Acht Brokate

Wer anfangs „Mit beiden Händen den Himmel tragen" und am Ende „Den Rücken schütteln" will, der ist auf dem besten Weg, die 8 „kostbaren" Bewegungen eines alten Qigong zu lernen. Schon früh kultivierten Asiaten die fördernde Wirkung fließender Bewegungen, die in ihrer harmonischen Ausprägung von Yin und Yang, Anspannung und Loslassen, Aus- und Einatmen sowie Dynamik und Ruhe auch heute noch die beste Voraussetzung für eine vitale Gesundheit und ausgeglichene Mentalität schaffen. Wir lernen hier eine frühere Form der Acht Brokate. Diese Version vermeidet durch ihre einfachen Bewegungen Extrempositionen in Streckung, Höhe/Tiefe und Kraft und ist daher für ein leichtes und schnelles Lernen nicht nur bei älteren Teilnehmern ausgelegt. Den traditionellen Teil ergänzt die Hinzufügung von Schritt-Bewegungen, so dass jedes Bild in seine eigene Himmelsrichtung weist. Der Teilnehmer kann danach die Acht Brokate wahlweise im Stand oder in der Bewegung ausführen.
Der Kurs wendet sich an Teilnehmer mit oder ohne Vorkenntnisse; eine allgemeine Beweglichkeit sollte vorhanden sein.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und dicke Socken oder leichte Sportschuhe

Horst-Dieter Müller
mittwochs, ab 18.2.15, 11:00 - 12:00 Uhr, 9x, Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe

 **30137**

TaiJiJian – die 16er Schwertform
Der Geist steuert den Körper

Wer regelmäßig Tai Ji übt, merkt nach einem angemessenem Zeitraum, dass sich sein Muskeltonus stärkt, seine Beweglichkeit zunimmt und er eine ruhige und ausgeglichene Körperhaltung einnimmt. Bestimmte früher die Kampfkunst die Bewegungen mit dem Schwert (Jiàn), sind es heute die Prinzipien einer Bewegungsmeditation, die einen wachen Geist, sowie Konzentration und Raumorientierung fördern. Die Länge der Schwertformen (65er - 32er - 16er) hin zu der heutzutage ausgeführten, verkürzten Form trägt der Tatsache Rechnung, dass auch im jungen China die Praktizierenden kurze und damit einprägsame Bewegungsfolgen bevorzugen. Hiesige Teilnehmer lernen somit eine Version, aus der man alle Wiederholungen, schweren Sprünge/Drehungen und komplizierten Bewegungsfolgen herausschnitt. Sehr wohl erhalten blieben die alten TaiJiQuan-Prinzipien der offenen Hand – übertragen auf die Schwertführung – die Abfolgen der Schritte sowie Fußstellungen und die Dynamik der Atmung.
Dieser gesundheitsfördernde Kurs ist für eine Generation 50+ konzipiert, jedoch auch für jüngere Teilnehmer geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, jedoch sollte die allgemeine Beweglichkeit nicht wesentlich eingeschränkt sein.
Bitte mitbringen: bequeme, sportliche Kleidung und einen normalen Regenschirm mit gebogenem Griff, Übungsschwerter aus Holz werden bereitgestellt

Horst-Dieter Müller
sonntags, ab 22.2.15, 14:00 - 17:00 Uhr, 4x Volkshochschule, 68,20 €, Kleingruppe

Tai Chi – Langform im Yang-Stil
Leitung: Kristina Tönnsen

Tai Chi Chuan, kurz Tai Chi genannt, kommt aus dem alten China und ist eine langsame, meditative Bewegungsform. Seine Ausübung harmonisiert Körperfunktionen, die sich nicht im Gleichgewicht befinden. Innere Blockaden und Verspannungen werden aufgehoben, sodass das Chi - die jedem Körper innewohnende Lebensenergie - ungehindert fließen kann. Durch die Übungen des Tai Chi wird der Körper gelenkiger und kräftiger, das Gleichgewicht geschult und die Konzentration und Ausdauer verbessert. In diesem Kurs werden Bewegungsfolgen der Tai-Chi-Langform, des Yang-Stils, gelehrt.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und dicke Socken

30140

Tai Chi – Langform im Yang-Stil
für Anfänger/-innen mit und ohne Vorkenntnisse

donnerstags, ab 26.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 10x, Volkshochschule, 65,00 €, Kleingruppe

30141

Tai Chi - für Fortgeschrittene
(Form 2. Teil)

donnerstags, ab 26.2.15, 19:30 - 21:00 Uhr, 10x, Volkshochschule, 65,00 €, Kleingruppe

30142

Tai Chi – für Fortgeschrittene
(Form 3. Teil)

mittwochs, ab 18.2.15, 19:30 - 21:00 Uhr, 10x, Volkshochschule, 99,00 €
Maximal 7 Teilnehmer/-innen

30145

Einführung in das Tai Chi
für Anfänger/-innen ohne oder mit wenig Vorkenntnisse(n)

Ursprünglich wurde Taijiquan als innere Kampfkunst sowie als Gesundheitsübung und Bewegungsmeditation in China entwickelt. Langsame, weiche, fließende Bewegungen, im Einklang mit den natürlichen Möglichkeiten des eigenen Körpers, führen zu innerer Ruhe, Ausgeglichenheit, Konzentration und Ausdauer. Wir beschäftigen uns in diesem Kurs mit der Kurzform nach Cheng Manching und lernen an Hand eines vorgegebenen Bewegungsablaufes in unseren Körper zu spüren und uns neu wahrzunehmen. Entspannen, Loslassen und Achtsamkeit sind dabei Weg und Ziel zugleich. Aspekte des Qigong fließen in die Übungen mit ein.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und dicke Socken

Frank Lepenies
mittwochs, ab 18.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 10x, Volkshochschule, 65,00 €, Kleingruppe

30147

Atmen-Dehnen-Entspannen
ADE Bewegungstraining

Dieser Kurs richtet sich besonders auch an „Sportmuffel". Es handelt sich um 4 Übungskomplexe, die keinerlei Vorkenntnisse erfordern und auch bei konditionell niedrigstem Niveau möglich sind. Es ist keine „Aufwärmphase" vorab erforderlich. Alle Einheiten werden nach einer Entspannungsübung liegend ausgeführt. Diese Trainingsform ist keine Gymnastik im üblichen Sinn. Jeder Teilnehmer lernt, die Intensität gemäß seiner individuellen Möglichkeiten anzupassen.



Auch deshalb sind diese Übungen für Menschen jeden Alters geeignet.
Ziel des Trainings ist die Förderung der allgemeinen Beweglichkeit und des Wohlbefindens. Beides ist bereits nach wenigen Trainingseinheiten deutlich spürbar.
Bitte mitbringen: Antirutschsocken, kleines Kissen

Petra Sievers
mittwochs, ab 11.3.15, 17:00 - 17:45 Uhr, 5x, Volkshochschule, 17,00 €, Kleingruppe

Qigong – Harmonisierung von Körper, Geist und Seele
Leitung: Ulrich Kaiser

Die harmonischen und langsam ausgeführten Bewegungen dieses chinesischen Selbstheilungssystems wirken sich wohltuend auf den ganzen menschlichen Organismus aus. Alltägliche Beschwerden wie z.B. Rücken- und Schulterschmerzen, Energielosigkeit, ein zu hoher oder zu niedriger Blutdruck werden bei regelmäßigem Üben verringert oder verschwinden ganz. Wie kann ich meinen „ständig plappernden Geist" mal zur Ruhe bringen, ihn abstellen? Wann sind Körper und Geist eigentlich eins, und wie fühlt sich das an? Solchen und weiteren Fragen wird in diesem Kurs ausreichend Raum gegeben. Es wird ein Basis-Qigong, die sogenannten „18 Bewegungen", gelehrt. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.
Alle gesetzlichen Krankenkassen, wie z.B. AOK, Barmer GEK, alle BKK's, DAK, TK usw. erstatten mindestens 75,- € (alle 2 Jahre), einige auch mehr. Hinweis: Teilnahmebestätigung nur über Herrn Kaiser (nicht über vhs)
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken oder Hallenturnschuhe

30150
mittwochs, ab 18.2.15, 17:00 - 18:30 Uhr, 8x, Volkshochschule, 95,00 €

30151
mittwochs, ab 6.5.15, 17:00 - 18:30 Uhr, 8x
nicht am 03.06.2014
Volkshochschule, 95,00 €

30152
dienstags, ab 5.5.15, 10:00 - 11:30 Uhr, 8x
Volkshochschule, 95,00 €

BU NEU **30154BU**
Eine Woche mit Qigong
In der Qigong-Woche werden die „18 Bewegungen" gelehrt. Dies ist eine in sich abgeschlossene Qigong-Form. Es werden sowohl die Choreographie als auch die Prinzipien, wie z.B.: Erdung, Aufrichtung, Entspannung, Qi-Fluss usw. gelehrt. Angemessene Pausen, sowie verschiedene Entspannungen im Gehen, Sitzen und Liegen bereichern die Woche, sodass es sich immer noch wie „Urlaub" anfühlen kann. Mittags wird Köchin Birgit für uns wieder ein leichtes vegetarisches 3 Gänge- Menü (mit Zutaten aus kbA) frisch zu bereiten. Die Kosten für Essen sind im Kursbeitrag enthalten. Bei schönem Wetter üben wir gegebenenfalls auch draußen im Garten.
Alle gesetzlichen Krankenkassen, wie z.B. AOK, Barmer GEK, alle BKK's, DAK, TK usw. erstatten mindestens 75,- € (alle 2 Jahre), einige auch mehr. Der Bildungsurlaub ist für Berufe aus Gesundheit, Pädagogik, und Erziehung in SH anerkannt, unter dem Geschäftszeichen: WBG/B/10569 (Für andere Berufe muss der Arbeitgeber zustimmen, z.B. aus Gründen der Stressreduktion, Erlernen sich zu entspannen..usw.)
Hinweis: Teilnahmebestätigung nur über Herrn Kaiser (nicht über vhs)
Bitte mitbringen: ausreichend Sonnenschutz (wie Sonnenhut, Sonnencreme und lange Kleidung), dicke Socken, Schuhe für draußen und eine Decke zum Zudecken

Ulrich Kaiser
Montag - Donnerstag, 20.7.15 bis 23.7.15, 09:00 - 16:30 Uhr
Freitag, 24.7.15, 09:00 - 14:30 Uhr
Bordesholm (Langenheisch 24), 330,00 €
Frühbucher bis 20.06.15 bezahlen 310,00 €

NEU **30201**
Bewegung XXL – „Ran an den Speck"
Dieser Schnupper-Kurs richtet sich speziell an Erwachsene mit Gewichtsproblemen, die sich endlich wieder so richtig fit fühlen möchten. Gemeinsam wollen wir in einer geschützten Atmosphäre den Spaß und die Freunde an der Bewegung entdecken. Innerhalb dieses Trainingsprogramms werden wir die verschiedensten Bewegungs- und Fitnessformen ausprobieren. Abgerundet wird das Programm durch eine kleine 30-minütige Theorie- Einheit rund um das Thema „Gesunde Ernährung".
Bitte mitbringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Schreibmaterial

Ann-Marie Ludwig
montags, ab 9.2.15, 18:45 - 20:15 Uhr, 8x
Volkshochschule, 52,20 €, Kleingruppe

30206
Jede Frau kann sich wehren
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen
Jede Frau und jedes Mädchen hat Möglichkeiten der Gegenwehr, unabhängig vom Alter, von der körperlichen Fitness oder Konstitution, denn Selbstverteidigung ist in erster Linie eine Frage der richtigen Einstellung. Der Kurs soll dazu beitragen, Grenzüberschreitungen schneller zu erkennen, besser einzuschätzen und ihnen erfolgreich zu begegnen. Einfache verbale, aber vor allem auch nonverbale, d.h. körpersprachliche Handlungsmöglichkeiten stehen uns hierfür zur Verfügung und sollen im Kurs trainiert werden. Außerdem gehören effektive, leicht zu erlernende körperliche Verteidigungstechniken – sogenannte „Schwachpunkttechniken" – zum Kursinhalt dieses Wochenend-Workshops.
Mindestalter 16 Jahre!
Bitte mitbringen: Sportkleidung und Verpflegung für den Tag

Renald Wolf
Samstag, 21.3.15, 10:00 - 15:30 Uhr
Volkshochschule, 30,40 €, Kleingruppe

30207
Fitness-Boxen
Beim Fitness Boxen handelt es sich um ein Ganzkörper-Workout. Es ist eine Mischung aus Aerobic und Kampfsport-Techniken. Vorzugweise werden hier viele Techniken aus dem Boxen aber auch aus anderen Kampfsportarten wie z.B. Karate verwendet. Körperkontakt wird beim Fitness Boxen komplett vermieden. Denn es geht nur um die Entwicklung von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Es beansprucht fast jede Muskelgruppe. Durch die Mischung von Schlag- und Trittkombinationen wird gerade am Anfang besonders die Koordination beansprucht. Im Training kann man sich richtig auspowern und anschließend mit einem guten Gefühl nach Hause gehen. Jeder soll nach seinen individuellen Möglichkeiten mitmachen, der Spaß soll jederzeit im Vordergrund stehen.
Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Handtuch, Getränke
Da der Kurs in einem Raum mit Teppich stattfindet, wird barfuß, auf Socken oder mit leichten Hallenschuhen trainiert.

Renald Wolf
donnerstags, ab 19.2.15, 18:00 - 19:00 Uhr, 9x, Auch in den Ferien!
Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe

 **30217**

Power-Zirkel gegen Winterblues
Funktionelles Zirkeltraining

10 Wochen... mit Sport natürlich. Dabei stärken wir sowohl die Hauptmuskelgruppen unseres Körpers als auch die tief liegende Muskulatur des Körperkerns und trainieren das dynamische Gleichgewicht. Einfache, effektive Übungen aus dem modernen Sensomotoriktraining helfen, Haltung und Körperwahrnehmung zu verbessern. Fetzige Musik bringt Schwung in die Einheit und macht Spaß. Am Ende wird die beanspruchte Muskulatur durch Dehnung entlastet und wir fühlen uns entspannt und rundum wohl. Einfach mal ausprobieren!
Bitte mitbringen: Sportkleidung und Turnschuhe

Inge Böltken
dienstags, ab 10.2.15, 15:15 - 16:45 Uhr, 10x, Volkshochschule, 42,60 €, Kleingruppe

30230

Hockergymnastik

Um gesund und beweglich zu bleiben, können wir ganz viel tun, z.B. mit Übungen für den ganzen Körper auf dem Hocker. Wir wollen in fröhlicher, entspannter Runde in netter Gesellschaft mit Gleichgesinnten etwas für Körper, Geist und Seele tun. Besonders geeignet ist die Hockergymnastik für Menschen, die nicht mehr auf den Boden kommen. Wenn Sie sich angesprochen fühlen, dann sind Sie bei uns richtig!
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Getränke

Marlene Ehmcke
dienstags, ab 17.2.15, 10:00 - 11:00 Uhr, 9x Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe

30232

Über 55 und fit!

Ein Angebot für alle ab 55, die einen Neu- oder Wiedereinstieg in Gymnastik mit Musik suchen, um ihre Fitness zu erhalten oder wiederzugewinnen. Die Gymnastik ist besonders darauf abgestimmt, die Kondition zu verbessern, die Beweglichkeit zu erhalten und besondere Problemzonen (Bauch, Rücken, Schultern und Oberschenkel) zu trainieren.
Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung und Turnschuhe

Anke Paulsen
dienstags, ab 20.1.15, 10:30 - 11:30 Uhr, 15x, Volkshochschule, 53,00 €

30233

Bleib Fit-Gynmastik „YoKi“

Eine Gymnastik für alle, die Lust und Freude an neuen Bewegungsabläufen haben. „YoKi“ ist eine Gymnastik, die sich zusammensetzt aus mehreren unterschiedlichen Bereichen (z.B. Yoga u. Kinesiologie). Zur Freude und zum Spaß an Bewegung, Bewusstsein zu entwickeln für die körpereigene Wahrnehmung, zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Wir erleben ein buntes Programm von Aufwärmübungen, Meridianmassagen im Kurzprogramm, Koordinationsübungen, Dehnübungen und Entspannungsübungen zum Abschluss.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Socken

Andrea Jones
mittwochs, ab 4.3.15, 09:00 - 10:30 Uhr, 8x Volkshochschule, 52,20 €, Kleingruppe

30235

Ausgleichsgymnastik

Nach einem langen Arbeitstag wird der Kreislauf mit leichten Aufwärmübungen in Schwung gebracht und die Kondition gefördert. Mit einem abwechslungsreichen Ganzkörpertraining werden alle Muskeln gekräftigt und gedehnt. Besondere Aufmerksamkeit gilt der Bauch- und Rückenmuskulatur. Zum Einsatz kommen in diesem Kurs verschiedene Kleingeräte, wie z.B. Hanteln, Theraband und Pezziball. Eine Entspannungsphase mit sanfter Musik rundet diese Stunde ab.
Bitte mitbringen: Gymnastikkleidung und Hallensportschuhe

Inge Böltken
donnerstags, ab 12.2.15, 19:30 - 20:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 42,60 €

30237

Fitness 50 plus

Ein Fitnessprogramm für SIE und IHN im besten Alter. Eine Kombination aus Ausdauer- und Muskelaufbauübungen sowie eine Ganzkörperstabilisation warten in dieser Stunde auf Sie. Das Verbessern der Problemzonen (Bauch, Beine, Po, Arme) durch die Zunahme an Muskelmasse und einer Erhöhung der Muskelspannung sorgt für ein strafferes Aussehen des Körpers und ein positives Körpergefühl. Gleichzeitig regt das Training den Stoffwechsel an und sorgt für Fettverbrennung. In dieser Stunde arbeiten wir abwechselnd mit verschiedenen Kleingeräten und natürlich mit viel Spaß und Musik!
Bitte mitbringen: Sportkleidung, ein Handtuch, feste Turnschuhe und Getränke

Silke Staben
donnerstags, ab 29.1.15, 10:30 - 11:30 Uhr, 15x, Volkshochschule, 65,00 €, Kleingruppe

WICHTIG!
Wenn nicht anders angegeben, brauchen Sie für die Sport- und Fitnesskurse: Gymnastik-/ Sportbekleidung, feste Turnschuhe, ein Handtuch und ausreichend Getränke!

30238

Body & Mind – Pilates am Morgen

Pilates verbindet Muskeltraining mit angenehmen Mobilisationsübungen für die Wirbelsäule und einer entspannenden Atmung. Erlernen Sie das „Power-Haus“; Ihr Körper wird gestrafft und kommt wieder ins Lot.
Bitte mitbringen: Handtuch, bequeme Kleidung

Silke Staben
donnerstags, ab 29.1.15, 09:15 - 10:15 Uhr, 9x, Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe



NEU **30239**
Pilates für Männer
Männer klagen oft über „Kreuzschmerzen“ oder zu geringe Beweglichkeit. Die Pilates-Methode ist hervorragend geeignet, Rückenschmerzen gezielt entgegenzuwirken und die Beweglichkeit zu verbessern. Ein Muskeltraining mit angenehmen Mobilisationsübungen für die Wirbelsäule und einer entspannenden Atmung.
Was die Wenigsten wissen: Pilates ist eigentlich ein für Männer entwickeltes Training von Joseph Pilates, dem Erfinder der Pilates-Methode. Es ist sogar ein festes Trainingsprogramm für die Nationalelf geworden. Also einfach mal hineinschnuppern und Pilates für sich entdecken.
Bitte mitbringen: Handtuch, bequeme Kleidung

Silke Staben
Samstag, 25.4.15, 10:00 - 12:30 Uhr
Volkshochschule, 10,60 €, Kleingruppe

Pilates für Anfänger/-innen
Leitung: Sophie Richter

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, bei dem die Muskulatur gekräftigt, gedehnt und die Beweglichkeit des Körpers gefördert wird. Im Vordergrund steht die Aktivierung der tiefen Bauch-, Rücken und Beckenbodenmuskulatur. Durch den Einklang von Atmung und Bewegung in Verbindung mit Konzentration und kontrollierter Übungsausführung entwickeln Sie ein (neues) Körperbewusstsein und es entsteht ein harmonischer Bewegungsablauf. Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger/-innen, die keine oder wenig Erfahrung mit der Pilates-Methode haben. Die Übungen stammen aus dem Mattenprogramm von Joseph H. Pilates und sind für Jung und Alt geeignet.
Bitte mitbringen: ein Handtuch und bequeme Kleidung

30242
montags, ab 23.2.15, 18:45 - 19:45 Uhr, 9x
Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe

30243
montags, ab 23.2.15, 20:00 - 21:00 Uhr, 9x
Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe

30244
Beckenboden – Die starke Mitte
nur für Frauen

Der Beckenboden spielt im Körper eine zentrale Rolle, nicht nur bei Schwangerschaft und Geburt. Kontinenz, Rückenstärke, eine aufrechte Haltung und vieles mehr sind mit dem Beckenboden eng verknüpft. Diese Stunden am Mittag bringen uns unserer Mitte näher. Neben einigen anatomischen Informationen werden Übungen zum Erfühlen des Beckenbodens und dessen An- und Entspannung geübt.
Bitte mitbringen: Bequeme Sportkleidung, Socken (oder barfuß), Decke, Handtuch, kleines Kissen (Kopfablage) und Getränke

Marina Schütt
Samstag, 6.6.15, 11:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 26,20 €, Kleingruppe

30248
Fit im Gleichgewicht – Sturzprophylaxe
Der Kurs ist für alle, die das Gefühl für den eigenen Körper und dessen Standfestigkeit kennenlernen möchten. Eine gute Haltung und Balance sind unerlässlich für den Alltag und werden mit zunehmendem Alter immer wichtiger. Das wollen wir mit leichten Übungen zur Koordination und Muskelstärkung fördern.
Bitte mitbringen: Socken (oder barfuß), Getränke und einen kleinen Pausensnack

Marina Schütt
Freitag, 27.3.15, 13:30 - 17:45 Uhr
Volkshochschule, 22,00 €, Kleingruppe

30249
Rückenfit – Wir tun was
Neben klassischer gelenkschonender Gymnastik wollen wir mit gezielten Impulsen versuchen, die kleinen tief liegenden Muskeln zu erreichen, die unsere Wirbelsäule stabilisieren. Dabei helfen uns Übungen zur Körperwahrnehmung und zum Training des Gleichgewichtssinnes. Auf diese Weise beugen wir Verspannungen vor und kräftigen unsere wichtigste Körperstütze. Nach Lockerung, Dehnung und Entspannung gehen wir gestärkt in den Abend.
Bitte mitbringen: Sportkleidung und Turnschuhe, Getränke

Inge Böltken
dienstags, ab 17.2.15, 18:15 - 19:15 Uhr, 9x
Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe

 **30250**
Yin Yoga für den Rücken
Yin Yoga ist ein ruhiger, tendenziell passiver Yogastil, der hauptsächlich im Sitzen oder Liegen praktiziert wird. Durch lange Haltedauer der einzelnen Übungen wird tiefe Entspannung möglich, der Energiefluss wird angeregt, Schmerzen und Spannungen können reduziert werden. Es geht vor allem darum, in die Körperhaltungen hinein zu entspannen und den Atem frei fließen zu lassen, um auf diese Weise zu tiefer innerer Ruhe zu kommen und unterschwellige Spannungen in den inneren Organen und Muskelpartien loszulassen. Ergänzend dazu werden auch klassische Yoga-Übungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur und zur Flexibilität der Wirbelsäule geübt. Ausgedehnte Entspannungsphasen runden die jeweilige Stunde ab.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, ein Handtuch, eine Decke und ein Kissen

Anett Babel
mittwochs, ab 11.2.15, 10:00 - 11:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

30252
Easy Stepp + Workout
In dem Kurs wird gemeinsam eine einfache Schrittfolge auf dem Quer- oder Längsstepp erarbeitet. Danach steht die Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur unter Zuhilfenahme diverser Hilfsmittel wie Hanteln, Pezzibälle, Therabändern, ...im Mittelpunkt. Es darf geschwitzt werden! Am Ende stehen Dehnungs- und Entspannungsübungen auf dem Programm.
Bitte mitbringen: Sportkleidung, ein Handtuch, feste Turnschuhe (keine Gymnastik-Schuhe!) und ausreichend Getränke

Bianca Rieck
donnerstags, ab 19.2.15, 17:45 - 19:15 Uhr, 9x, Volkshochschule, 47,80 €

30256
Bodyforming – Kräftigung und Ausdauer mit Stepps und Aerobic
In diesem Kurs tun Sie etwas für Ihren ganzen Körper: einfache Choreographien mit und ohne Stepps zur Aufwärmung, anschließend folgen gezielte Übungen für Ober- und Unterkörper. Das gesamte Training dient der Körperformung und Fettverbrennung.
Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Turnschuhe, Handtuch und ausreichend Getränke

Silke Staben
dienstags, ab 10.2.15, 18:30 - 19:30 Uhr, 15x, Volkshochschule, 53,00 €

30258
Bodyforming – Fitness und Entspannung
Ein erfrischendes Training für den kompletten Körper mit viel Spaß! Ein abwechslungsreiches Programm, in dem mal Minihanteln oder Bälle oder Thera-Bänder oder Stepps oder... bei flotter Musik zum Einsatz kommen. Mit Volldampf geht es an die hartnäckigen Pölsterchen rund um die Hüfte, besonders an den Bauch mit effektiven Kräftigungsübungen. Auch der Rücken wird durch gezielte Übungen trainiert. Ausgedehnte Stretch- und Entspannungsübungen runden die Stunde ab.
Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Turnschuhe, Handtuch und ausreichend Getränke

Ilka Schüler
dienstags, ab 10.2.15, 19:30 - 21:00 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

30261
Sommersport für jedermann
Dieser Kurs bietet von allem etwas! Hier können Sie verschiedene Aktivitäten ausprobieren und halten sich so über den Sommer fit: Aerobic, Stepp, Zumba, Bauch-Beine-Po, Zirkel, Jogging. Es erwartet Sie eine Kombination aus Krafttraining und Ausdauer.
Bitte mitbringen: Sportkleidung, feste Turnschuhe, Handtuch und ausreichend Getränke

Ilka Schüler
dienstags, ab 28.7.15, 18:30 - 20:00 Uhr, 6x
Volkshochschule, 32,20 €

Zumba®
Leitung: Ilka Schüler
Mitreißende südamerikanische Rhythmen laden zum Tanzen (Salsa, Merengue, Cumbia ...) und Spaß haben in fröhlicher und schwungvoller Atmosphäre ein. Zumba® ist nicht nur ein Party-Fitnessprogramm, sondern auch ein effektiver Kalorienverbrenner und Figurstraffer. Der Kurs ist für Männer und Frauen jeden Alters geeignet. Jeder kann sofort einsteigen und mitmachen. Zumba® ist leicht zu erlernen. Freude an der Musik und an der Bewegung ist die Hauptsache. Lass dich von der leidenschaftlichen Musik inspirieren und JOIN THE PARTY!!!
Bitte mitbringen: Sportbekleidung und Hallensportschuhe

30265
montags, ab 9.2.15, 18:30 - 19:30 Uhr, 12x
Volkshochschule, 42,60 €

30266
montags, ab 9.2.15, 19:45 - 20:45 Uhr, 12x
Volkshochschule, 42,60 €

30267
Holstenköstenlauf 2015
Zehn Wochen für zehn Kilometer: Fit zum Holstenköstenlauf 2015
Schon seit mehr als 25 Jahren versammeln sich einmal im Jahr über 1000 Läufer, um am traditionellen 10-Kilometer-Hauptlauf des Köstenlaufes in Neumünster teilzunehmen. Vielleicht wollten auch Sie sich schon immer von den begeisterten Anwohnern und Besuchern, die die Strecke säumen, feiern lassen? Dann ist dies das richtige Angebot für Sie! Nicht die Leistung steht im Vordergrund sondern der Spaß am Laufen. Laufbegeisterte lernen eine Lauftechnik kennen, die schnell zu Trainingserfolgen führt und das Ziel des „Köstenlaufes“ in erreichbare Nähe bringt. Sie erhalten die Möglichkeit, durch fachgerechte Vor- und Nachbereitung des Trainings den Stütz- und Bewegungsapparat zu schützen und somit gelenkschonend und kraftsparend zu laufen. Erfahren Sie durch die regelmäßige Beanspruchung des Herz-Kreislauf-Systems ein besseres Körpergefühl, eine gesteigerte Immunabwehr und Spaß an der Bewegung.
Bitte mitbringen ab 2. Termin: Laufschuhe, Sportkleidung, Getränke

Dr. Marco Weingarten
mittwochs, ab 18.3.15, 17:30 - 19:00 Uhr, 10x, Treffpunkt: 1. Termin vhs,
dann Einfelder See (Parkplatz Minigolf)
Exkursion, 53,00 €



WICHTIG!

Für alle Wassergymnastikkurse gilt:
Diese Kurse finden auch in den Ferien statt. Bitte Badeanzug, ein großes Badehandtuch, möglichst Bademantel und Badelatschen mitbringen. Offene Wunden schließen eine Teilnahme am Kurs aus. Bei ernsten Herz-Kreislauf-Krankheiten bitte vor der Teilnahme den behandelnden Arzt fragen.
Die Schwimmbadbenutzungsgebühr ist in der Kursgebühr enthalten. Alle Kurse finden als Kleingruppen statt und umfassen jeweils 30 Minuten Wassergymnastik. Im Anschluss daran können Sie in eigener Verantwortung 30 Minuten ausschwimmen und im Wasser entspannen.

30273
Wassergymnastik für Ältere
Das Wasser trägt Sie und macht Ihnen die Bewegung leichter. In diesem Kurs wird auf Ihre Kondition und die individuelle Belastbarkeit besondere Rücksicht genommen. Ziel der Übungen ist es, Ihre Muskulatur zu kräftigen und Ihre Beweglichkeit zu erhalten und zu verbessern. Auch für Nichtschwimmer/-innen.

Christin Rode
montags, ab 9.2.15, 15:00 - 16:00 Uhr, 12x
Auch in den Ferien!
Haus Berlin, 82,20 €, Kleingruppe

Pfiffig-fitter-Wassermix für Frauen und Männer ab 50 – Mit Charme, Spaß und Schaumstoffhanteln
Leitung: Christin Rode

In dieser gemischten Gruppe steht der Spaß an der Bewegung mit Musik und den manchmal etwas ungewöhnlichen Geräten im Vordergrund. Ganz nebenbei tun Sie etwas für Beweglichkeit, Kraft und Kondition. Eine Einladung besonders auch an schüchterne und weniger schüchterne Männer, die in anderen Kursen oft nicht zugelassen sind oder eine Minderheit darstellen.

30276
montags, ab 9.2.15, 16:00 - 17:00 Uhr, 12x
Auch in den Ferien!
Haus Berlin, 82,20 €, Kleingruppe

30277
montags, ab 9.2.15, 17:00 - 18:00 Uhr, 12x
Auch in den Ferien!
Haus Berlin, 82,20 €, Kleingruppe

30278
Wassergymnastik XXL – Konditionsgymnastik für starke Frauen
Hier können Sie Kondition, Herz und Kreislauf besonders gut trainieren, ohne Ihre Gelenke zu sehr zu belasten, da im Wasser alles leichter ist.

Katja Hartmann-Rademacher
donnerstags, ab 12.2.15, 18:30 - 19:30 Uhr, 12x, auch in den Ferien!
Haus Berlin, 82,20 €, Kleingruppe

30279
Aquafitness für Jüngere
Das Wasser bietet mit seinem Widerstand und dadurch, dass es Ihr Gewicht trägt, eine ideale Möglichkeit, ohne Gelenkbelastung Kreislauf, Muskulatur und Beweglichkeit zu trainieren. So können Sie auf eine angenehme Art in der Gruppe etwas für Fitness und Kraft tun.

Katja Hartmann-Rademacher
donnerstags, ab 12.2.15, 19:30 - 20:30 Uhr, 12x, auch in den Ferien!
Haus Berlin, 82,20 €, Kleingruppe

30280
Aquapower für Jüngere
Hier soll es wirklich zur Sache gehen. Schwitzen im Wasser kennen Sie nicht? Sie können es kennenlernen. 30 Minuten non stopp – danach Zeit für individuelles Ausschwimmen oder Weiterschwitzen - im eigenen Tempo – aber auch in eigener Verantwortung.

Katja Hartmann-Rademacher
donnerstags, ab 12.2.15, 20:30 - 21:30 Uhr, 12x, auch in den Ferien!
Haus Berlin, 82,20 €, Kleingruppe



30290

Rudern für Anfänger

In Kooperation mit dem Ruderclub Neumünster

Rudern auf dem Einfelder See – das bedeutet Training für Körper, Ausdauer und Kraft. Jede Stunde im Ruderboot bietet Erholung, Entspannung und Abstand vom Alltag. Auf dem Wasser ist zu allen Jahreszeiten Teamgeist gefragt. Der Kurs führt in die Technik des Ruderns ein. Wir rudern im Mannschaftsboot und im Einer.
Bitte mitbringen: Sportzeug und Turnschuhe
Treffpunkt: Clubhaus RCN, Strandallee 7 in Einfeld (See)

Carsten Rathje
mittwochs, ab 22.4.15, 18:00 - 19:00 Uhr, 10x, nicht am 10.6., Ruderclub Neumünster, 93,66 €, Kleingruppe

30401

Homöopathische Selbstbehandlung

Die Homöopathie ist eine ganzheitliche, auf den einzelnen Menschen abgestimmte Behandlungsmethode. Bei unkomplizierten Erkältungskrankheiten und leichten Verletzungen können sich Laien auch erfolgreich selbst behandeln. Dieser Kurs bietet dazu eine fundierte Anleitung durch eine Fachärztin für Allgemeinmedizin und Homöopathie. Folgende Themen werden für Laien verständlich besprochen:

- Grundlagen der klassischen Homöopathie
- Arzneimittel und Behandlungsverlauf
- homöopathische Hausapotheke bei Verletzungen und Erkältungskrankheiten

Anja Hölscher
montags, ab 2.3.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 3x
Volkshochschule, 20,20 €, Kleingruppe



30402

Afterwork Stimmregeneration

Bleibt Ihnen manchmal die Stimme weg? Sprechen Sie viel? Möchten Sie mehr über Ihre Stimme erfahren? In diesem Kurs bekommen Sie praktische Übungen zur Prävention, wie auch Regeneration der Stimme, an die Hand. Gemeinsam erforschen wir, wie Sie mit noch mehr Leichtigkeit, dafür weniger Anstrengung einen anspruchsvollen Arbeitstag stimmlich gut meistern. Als staatlich geprüfte Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin zeige ich Ihnen die funktionellen Zusammenhänge von Körper, Atmung und Stimme. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung ist empfehlenswert

Sophia Siebicke
donnerstags, ab 5.3.15, 18:00 - 19:00 Uhr, 6x, Volkshochschule, 29,80 €, Kleingruppe

30405

Singen kann jede(r) - Singen für Nicht-Singer

Aktives Singen ist ein „Gesundheitserreger" – ein Lebenselixier, das heilsame und gesundheitsfördernde Auswirkungen auf Körper, Seele und Geist hat - umso stärker, je mehr wir aus Freude und Spaß, also aus ganzem Herzen, singen. Jeder Mensch ist musikalisch und kann singen! Viele trauen sich nur nicht mehr, ihre Stimme zu erheben, denn: Ich kann nicht singen, wurde mir schon in der Schule gesagt. Ich habe keine tolle Stimme, da nimmt mich sowieso kein Chor. Ich bin ein Brummer. Ich singe nur unter der Dusche. Singen, das ist aber peinlich! In diesem Kurs wollen wir es einfach tun - mit viel Spaß gemeinsam singen. Gemäß dem Motto „Es gibt keine falschen Töne, nur Variationen": Lieder aus aller Welt, einstimmig, mehrstimmig, Chants, Mantras laden uns zum Singen ein. Lassen Sie sich ermutigen und singen Sie mit! Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Ulrike Thomas
Mittwoch, 18.2.15, 4.3.15, 18.3.15, 1.4.15, 22.4.15, 6.5.15, 20.5.15, 3.6.15, 17.6.15
jeweils 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 63,40 €



30406V

Singnachmittag – „Komm sing mit!"

Singen kann Jede(r) - Singen für Nicht-Singer

Wir wollen feiern: 5 Jahre Singkreis! Im Sommersemester 2011 kamen das erste Mal 35 Neugierige zum Singkreis-Kurs in der Volkshochschule Neumünster zusammen. Seitdem treffen sich in jedem Semester 30 bis 40 Teilnehmer zum gemeinsamen Singen. Wir laden sie ein zum offenen Singnachmittag „Komm sing mit". Erleben sie gemeinsam mit uns die Wirkung des Singens mit Liedern aus aller Welt, Chants und Mantras, einstimmig, mehrstimmig, denn: Singen macht Spaß, tut gut, beruhigt und belebt, macht Mut, entspannt,... Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: Neugierde und Mut, gemeinsam mit uns die eigene Stimme zum Klingen zu bringen.

Ulrike Thomas
Sonntag, 26.4.15, 15:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, gebührenfrei
Telefonische Anmeldung erwünscht (707690)



30409

Mit Achtsamkeit dem arbeitsreichen Alltag begegnen

Wir widmen uns mit Übungen aus dem Shiatsu und der Akupressur Schulter, Nacken, Rücken und Kopf. Sie erfahren, wie sich Verspannungen lösen, wie Sie besser zur Ruhe kommen und Ihre Lebensenergie stärken. Das Seminar findet im Sitzen und in bequemer Kleidung statt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Anke Schauf
Dienstag, 10.2.15, 14:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 17,80 €

30411

Klopfe dich glücklich
Einführung in die Klopfakupressur

Ob für Sie selbst oder für Ihre Kinder, erlernen Sie in diesem 3-stündigen Seminar einfache Klopfsequenzen und Ausgleichsübungen zur Selbstbehandlung bei kleineren psychischen Nöten. Sei es, um Stress abzubauen, die Konzentration bei den Hausaufgaben zu fördern, Ängste aufzulösen, Sorgen, leichte depressive Verstimmungen oder auch den Ärger über den Partner oder andere belastende Emotionen loszulassen. Das Beklopfen von Akupunkturpunkten ist sehr wohltuend und kann den Alltag viel harmonischer gestalten.
Bitte mitbringen: dicke Socken, 1 Flasche Wasser und Schreibzeug

Sylvia Harbeck
Samstag, 30.5.15, 11:00 - 14:00 Uhr
Volkshochschule, 17,80 €, Kleingruppe
Materialkosten für Kopien in Höhe von 2,00 € sind bei der Kursleitung zu entrichten.

30415

Schulter-Nacken-Kiefer
Feldenkrais beispielhaft kennen lernen

Das Kiefergelenk – wer beißt nicht schon mal die Zähne zusammen? Durchhalten, Zähne knirschen. Der Nacken – verspannt vor dem Computer, der Kopf wird schwer. Wie (er)trage ich, was auf meinen Schultern lastet? Wir üben, die Sinne zu schärfen, um zu entdecken, wie es sich anfühlt, wenn (Ver) Spannung einsetzt und suchen Bewegungsalternativen, die zu einem lockeren Kiefergelenk, einem beweglichen Nacken, leichten Schultern und gutem Durchatmen führen.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke und ein Kissen



Ute Hoops
Freitag, 27.2.15, 18:30 - 21:00 Uhr
Samstag, 28.2.15, 14:00 - 19:00 Uhr
Volkshochschule, 43,00 €

30416
Schulter-Nacken-Spezial
Verspannungen und Schmerzen von Schultern und Nacken sind weit verbreitet. Häufig verursacht durch berufsbedingten Bewegungsmangel, Dauerstress und Fehlhaltungen. In diesem Kurs werden Ihnen Übungen zur Lockerung gezeigt, zur sanften Kräftigung der Muskulatur, sowie Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen. Wie baue ich erholsame, entspannende Pausen in meinen Alltag ein? Es gibt viele Möglichkeiten zur Selbsthilfe, wenn die Schultern und der Nacken zur Problemzone werden!
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung

Ilka Schüler
donnerstags, ab 26.3.15, 19:15 - 20:45 Uhr, 2x, Volkshochschule, 13,80 €, Kleingruppe


V 30417V
Schmerz – NEIN DANKE!
Triggerpoint Methode
Wenn Bewegung keinen Spaß mehr macht weil der Rücken schmerzt oder es in Schultern und Armen zieht. Wenn Spaziergänge immer kürzer werden weil die Gelenke wehtun. Oder wenn wiederkehrende Kopfschmerzen auch den sonnigsten Tag verfinstern ist es Zeit, etwas dagegen zu unternehmen. Dies sind nur einige Beispiele. Ein sehr großer Teil der verschiedenartigsten Schmerzen sind muskulär bedingt und werden durch Triggerpunkte ausgelöst. Da die jedoch größtenteils nicht dort zu finden sind, wo der Schmerz ist gehen nicht selten viele Behandlungsversuche ins Leere. Schlimmstenfalls kann sogar ein chronisches Leiden daraus werden. Das muss nicht so sein! Die Triggerpoint-Methode ist eine zuverlässige, manuelle Möglichkeit, muskulär bedingte Schmerzen – egal ob gerade erst entstanden oder schon lange lästiger Begleiter – ohne unerwünschte Nebenwirkungen wieder loszuwerden oder wenigstens deutlich zu verringern. Neugierig geworden? In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über diese noch immer wenig bekannte Methode, ihre Möglichkeiten und Grenzen.

Petra Sievers
Mittwoch, 25.2.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

30425
Schlafen Sie gut?
Unser Leben ist oftmals geprägt durch Eile. Äußere unvorhersehbare Dinge kommen auf uns zu, wir sind getrieben. Es fehlen die Ruheinseln, tagsüber und abends. Da kann es Besserung geben: Mit speziellen Bewegungsübungen synchronisieren Sie die Hirnaktivität. Die geistige Erregbarkeit nimmt ab, Sie werden ruhiger und können somit leichter in den Schlaf gleiten. Dieses System wirkt abends zum Einschlafen ebenso wie nachts zum Wieder-Einschlafen.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, eine Decke und ein Kissen

Ute Hoops
Freitag, 24.4.15, 18:30 - 21:00 Uhr
Samstag, 25.4.15, 14:00 - 19:00 Uhr
Volkshochschule, 43,00 €

TRIALOG

Eine Seminarreihe, die gemeinsam von der Brücke Neumünster gGmbH, der Brücke Schleswig-Holstein gGmbH, der Tagesklinik Neumünster gGmbH und der vhs Neumünster veranstaltet wird. Die Seminare werden trialogisch gestaltet, d.h. Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige und Professionelle bringen jeweils ihre Sichtweisen und Erfahrungen in die gemeinsame Vorbereitung und Durchführung der Veranstaltungen ein. Telefonische Information: 04321-47770 (Brücke Neumünster) oder 04321-707690 (vhs)

V 30441V
„Wenn nichts mehr ist, wie es war...
– Was ist eigentlich eine Psychose?
Was ist das für eine seltsame Erkrankung, die so viele Gesichter hat, über die wir so viel und so wenig zugleich wissen, die so viel Schrecken aber auch Faszination auslöst? Von Psychose betroffene Menschen werden mit einer völlig neuen Erfahrung konfrontiert - hart und bedrohlich, manchmal aber auch erstaunlich und bereichernd - herausgeworfen aus den gewohnten Vorstellungen und Wahrnehmungen, fast unfähig, den Alltag zu bestehen, hilfebedürftig... Was ist das? Was ist zu tun?
Betroffene Menschen, Angehörige und Mitarbeiter/-innen psychiatrischer Einrichtungen sprechen miteinander über die verschiedenen Psychoseerfahrungen und laden zum anschließenden offenen Austausch ein.

Mittwoch, 4.3.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, 2,00 €

V 30442V
Was kann ich tun, wenn ein Familienangehöriger psychisch erkrankt?
Mütter, Väter, Kinder, Geschwister, Partner/-innen psychisch erkrankter Menschen stehen vor einer nie erwarteten, nie gewünschten Herausforderung – sozusagen ohne Geländer und ohne Landkarte.
Das Zusammenleben in der Familie, die Zukunftsvorstellungen, Erwartungen, Gewohnheiten – alles ist in Frage gestellt. Wie finde ich in dieser großen Verunsicherung einen Weg? Wie finde ich mich in einem äußerst verzweigten Hilfesystem zurecht? Was kann helfen? Wer? Und wo finde ich Hilfe? Angehörige, psychisch erkrankte Menschen und Mitarbeiter/-innen psychiatrischer Einrichtungen sprechen über diese und noch viel mehr Fragen.

Mittwoch, 6.5.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, 2,00 €

NEU 30511
Entspannende Selbstmassage für Gesicht und Kopf
Wie ein Jungbrunnen wirkt eine Massage gerade auch dann, wenn im Alltag Stress und Zeitdruck wie Blei auf einem lasten. Doch fehlt oft die Gelegenheit. Erfreulicherweise gibt es diese Technik, mit der man sich genau in solchen Situationen sofort sehr gut selbst helfen kann. In diesem Kurs wird eine Selbstmassage erlernt für Gesicht und Kopf, die verschiedene Punkte auf den Meridianen, die z. B. bei der Akupressur eine große Rolle spielen, berücksichtigt. Dieses Selbstmassagekonzept gibt die Möglichkeit, z. B. aufkommenden Kopfschmerzen, Druckbeschwerden in den Nebenhöhlen, allgemeiner Abgeschlagenheit oder Nervosität schnell und einfach entgegenzuwirken. Die erfreuliche Nebenwirkung: Entspanntes Wohlbefinden ist deutlich im Gesicht sichtbar.

Petra Sievers
Mittwoch, 11.3.15, 18:30 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, 7,40 €, Kleingruppe

30512
Massage für zu Hause
In diesem Kurs können Sie lernen, sich selbst und andere von Nacken bis Fuß zu verwöhnen. Es werden verschiedene Techniken vorgestellt und geübt: Klassische Massage, Aroma-Öl-Massage und Fußreflexzonen-Massage. Nach diesem Kurs sind Sie in der Lage, die Grundtechniken zu Hause an sich selbst und an anderen anzuwenden. Es können sich Paare sowie Einzelpersonen anmelden.
Bitte mitbringen: eine Decke

Björn Busch
Samstag, 7.3.15, 10:00 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, 43,00 €, Kleingruppe

30515
Klangmassage – Klang und Stille, mit allen Sinnen entspannen
Dieser Tag bietet die Möglichkeit, die entspannende Wirkung der Klangmassage zu erleben. Klanggeschichten und Übungen zur Achtsamkeit helfen dabei, den Körper auf angenehme Weise besser zu spüren und in eine tiefe Entspannung zu kommen.
Die Klänge der Klangschalen lassen uns aufhören und leiten unsere Wahrnehmung nach innen, in die Ruhe und in die Stille.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decken und Kissen (um es sich im Liegen bequem zu machen)

Ulrike Thomas
Samstag, 18.4.15, 10:00 - 15:00 Uhr
Volkshochschule, 26,20 €, Kleingruppe

V **30703V**
Auf die Fette, fertig los!
Oder gesund und fit mit einer fettbewussten Ernährung
Was ist das für ein Stoff, der ständig die Gemüter erregt? Mal hochgelobt, dann wieder verteufelt. In diesem Vortrag erfahren Sie von einer Ökotrophologin alles Wissenswerte über unsere Nahrungsfette. Mit einigen Tipps und Tricks erlernen Sie ein neues fettbewusstes Essverhalten. Am Ende des Vortrags erhalten Sie ein paar „Fit-mit-Fett" Rezepte zum Ausprobieren.

Anja Kristin Besler
Montag, 16.3.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

V **30704V**
Gesund und fit mit der 5-Elemente-Ernährung
Die 5-Elemente-Ernährung ist eine der Säulen der ganzheitlichen traditionellen chinesischen Medizin. Eine Ernährung, die nicht dem eigenen Stoffwechseltyp entspricht und die die Wirkung einzelner Lebensmittel außeracht lässt, kann über kurz oder lang u.a. zu Übergewicht, Süßgelüsten, Völlegefühlen, Blähungen und Konzentrationsschwierigkeiten bis hin zur Antriebslosigkeit führen. Diese und weitere Symptome sind ein Zeichen dafür, dass das Verdauungssystem überlastet ist. An diesem Abend wird ein Einblick in die 5-Elemente-Ernährung gegeben und wie typische Ernährungsfehler zu den o.g. Symptomen führen können. Dieser Vortrag ist sowohl für Fleischesser, als auch für Vegetarier und Veganer sehr interessant.
Eine praktische Umsetzung der 5-Elemente-Ernährung ist in den Koch-Workshops „Frühstück" (Kurs-Nr.: BF30710), Mittagessen" (Kurs-Nr.: BF30711) und „Abendessen" (Kurs-Nr.: BF30712) möglich.

Anja Sybille Winkel
Mittwoch, 4.3.15, 19:00 - 21:00 Uhr
Volkshochschule, 8,00 €
Der Eintritt wird bei der Veranstaltung vor Ort kassiert.
Telefonische Anmeldung erforderlich (707690)

NEU **30710**
Wir Frühstücken nach den 5 Elementen
5-Elemente-Ernährung - eine Säule der ganzheitlichen traditionellen chinesischen Medizin

Die 5-Elemente-Ernährung dient als Grundlage für diesen Workshop. Das warme Frühstück ist in der 5 Elemente-Ernährung die wichtigste Mahlzeit um die Organ- und Stoffwechselfunktionen unseres Körpers optimal zu stärken und um ausreichend Energie für den Tag zu bekommen. Wir wollen in diesem Workshop verschiedene einfache, schnelle und leckere Frühstücksmahlzeiten ausprobieren, die Theorie der 5-Elemente-Ernährung ein wenig vertiefen und auf das Thema Vorratshaltung eingehen, damit uns die tägliche Umsetzung des warmen Frühstücks leicht fällt. Die Theorie der 5-Elemente-Ernährung ist auch Inhalt des Vortrags am 4. März (Kurs-Nr.: 30704V). Eine Teilnahme daran ist nicht Voraussetzung für diesen Workshop. Vegetarier und Veganer sind willkommen. Bitte weisen Sie uns bei der Anmeldung darauf hin.
Bitte mitbringen: Schreibzeug, Vorratsbehälter und die Neugierde, etwas Neues auszuprobieren
Anja Sybille Winkel
Samstag, 21.3.15, 10:00 - 14:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Faldera,
Eingang: Franz-Wieman-Str. 18a, 1. Stock
31,00 €, Kleingruppe
In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 5,00 € enthalten.


30711
Wir kochen uns ein Mittagessen nach den 5 Elementen
5-Elemente-Ernährung - eine Säule der ganzheitlichen traditionellen chinesischen Medizin

Die 5-Elemente-Ernährung dient als Grundlage für diesen Workshop. Um neue Ideen zu bekommen, wie man sich schnell und einfach ein Mittagessen nach den 5 Elementen zubereiten kann, wollen wir in diesem Workshop verschiedene Mittagsmahlzeiten unter Berücksichtigung des saisonalen und regionalen Angebots zubereiten. Je bekömmlicher das Mittagessen ist, umso unwahrscheinlicher wird es zu einem „Nachmittagstief" kommen, besonders dann, wenn man den eigenen Stoffwechseltypen dabei berücksichtigt. Weiterhin werden wir auf das Thema Vorratshaltung und Vorkochen eingehen, damit die tägliche Umsetzung leichter fällt. Die Theorie der 5-Elemente-Ernährung ist auch Inhalt des Vortrags am 4. März (Kurs-Nr.: 30704V). Eine Teilnahme daran ist nicht Voraussetzung für diesen Workshop. Vegetarier und Veganer sind willkommen. Bitte weisen Sie uns bei der Anmeldung darauf hin.
Bitte mitbringen: Schreibzeug, Vorratsbehälter und die Neugierde, etwas Neues auszuprobieren

Anja Sybille Winkel
Samstag, 28.3.15, 10:00 - 14:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Faldera,
Eingang: Franz-Wieman-Str. 18a, 1. Stock
34,00 €, Kleingruppe
In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 8,00 € enthalten.

30712
Wir kochen uns ein Abendessen nach den 5 Elementen
5-Elemente-Ernährung - eine Säule der ganzheitlichen traditionellen chinesischen Medizin

Die 5-Elemente-Ernährung dient als Grundlage für diesen Workshop. Beim Abendessen wird in diesem Koch-Workshop der Fokus auf schnelle und alltagstaugliche sowie bekömmliche Gerichte nach regionalem und saisonalem Angebot gelegt, damit wir eine ungestörte Nachtruhe haben und die Verdauung des Essens nicht unseren Schlaf beeinträchtigt. Weiterhin werden wir auf das Thema Vorratshaltung und Resteverwertung eingehen, damit die tägliche Umsetzung leichter fällt. Die Theorie der 5-Elemente-Ernährung ist auch Inhalt des Vortrags am 4. März (Kurs-Nr.: 30704V). Eine Teilnahme daran ist nicht Voraussetzung für diesen Workshop. Vegetarier und Veganer sind willkommen. Bitte weisen Sie uns bei der Anmeldung darauf hin.
Bitte mitbringen: Schreibzeug, Vorratsbehälter und die Neugierde, etwas Neues auszuprobieren

Anja Sybille Winkel
Donnerstag, 12.3.15, 19:00 - 22:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Faldera,
Eingang: Franz-Wieman-Str. 18a, 1. Stock
29,00 €, Kleingruppe
In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 8,00 € enthalten.

30715
Auf die Reste fertig los – kreativ Kochen mit Resten
Das Wegwerfen von Lebensmitteln gehört leider bei uns zum Alltag. Sie möchten das ändern? In diesem Kurs bekommen Sie unkomplizierte Ideen für das Kochen mit Resten. Spaß und Kreativität kommen nicht zu kurz. Es gibt zahlreiche Tipps und Rezepte zum Ausprobieren und Experimentieren.
Bitte mitbringen: Schürze, ggf. scharfe Messer und Behälter für Proben

Anja Kristin Besler
Samstag, 14.3.15, 11:00 - 14:00 Uhr
Gemeinschaftsschule Faldera,
Eingang: Franz-Wieman-Str. 18a, 1. Stock
30,00 €, Kleingruppe
In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 9,00 € enthalten.

30719J
Italienische Küche
Die Speisen der Italiener sollen ungeahntes Temperament in sich bergen und trotzdem sind sie frisch, leicht und bekömmlich. Also einfach köstlich! Ob Antipasti, wie z.B. Carpaccio oder Pasta oder Pesto oder Pizza oder Minestrone oder, oder, oder... zum Schluss TIRAMI-SU. Man(n), Frau nehme vom Besten, vom Allerbesten. In Italien ist Qualität nicht vom Geldbeutel abhängig. Beispiel Bruschetta, jene herdgebräunte, knoblauchgeriebene und mit Olivenöl veredelte Brotscheibe – simpler und snobistischer geht es nicht. Auf die erste Güte des Öls, auf die Frische des Knoblauchs und des Brots legt Jederman(n), -frau größten Wert. Beste Zutaten, das ist für den Italiener kein Luxus, nein – pure Notwendigkeit.
Bitte mitbringen: Behältnisse für kleine Speisenproben, zwei Lieblingsmesser zum Gemüse putzen und schneiden

Rolf Haufler
donnerstags, ab 15.1.15, 18:30 - 21:30 Uhr, 3x, Gemeinschaftsschule Faldera,
Eingang: Franz-Wieman-Str. 18a, 1. Stock
88,00 €. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 27,00 € enthalten.

30720
Indische Küche
In Indien, eine der ältesten Kulturen der Welt, ist das Speisenangebot so vielfältig wie Land und Leute. Geprägt von orientalischen und mongolischen Einflüssen hat sich eine Küche entwickelt, die vielfältiger nicht sein könnte. Auf dem Speisezettel stehen vor allem Geflügel, Schweinefleisch und Fisch. Die Kuh gilt als heilig, dementsprechend wird auch kein Rindfleisch verzehrt. Allen Küchentraditionen gemeinsam ist der verschwenderische Einsatz von Gewürzen und Kräutern und das Wissen, wie sie verwendet werden. Dieses spiegelt sich bei der Speisenzubereitung wider: von süß und fruchtig bis scharf und schärfer ist alles vertreten. Das können wir auch.
Bitte mitbringen: Behältnisse für kleine Speisenproben, zwei Lieblingsmesser zum Gemüse putzen und schneiden
Rolf Haufler
dienstags, ab 3.3.15, 18:30 - 21:30 Uhr, 3x
Gemeinschaftsschule Faldera,
Eingang: Franz-Wieman-Str. 18a, 1. Stock
85,00 €
In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 24,00 € enthalten.



30721
Schnelle Küche
Einfach – schnell und schmackhaft (Speisenvorschläge u. Tipps)
Für alle die, die wenig Zeit haben (z.B. Mütter, Berufstätige, Manager, Single, Rentner). Stress, Hektik im Alltag - und nun auch noch ein Essen zubereiten. Entspannung beim Kochen ist angesagt, ein Griff in die „Ideen-Kiste“ und in wenigen Minuten steht ein tolles Essen auf dem Tisch. Gratis dazu, gibt es von mir „Tipps u. Tricks“ wie Mann/Frau ohne großen Aufwand trotzdem ein schmackhaftes Essen auf den Tisch kommt.
Bitte mitbringen: Behältnisse für kleine Speisenproben, zwei Lieblingsmesser zum Gemüse putzen und schneiden

Rolf Haufler
dienstags, ab 2.6.15, 18:30 - 21:30 Uhr, 3x
Gemeinschaftsschule Faldera,
Eingang: Franz-Wieman-Str. 18a, 1. Stock
83,50 €. In der Kursgebühr ist eine Lebensmittelumlage in Höhe von 22,50 € enthalten.

30730
Sommerlich leicht kochen
Ein Kurs für Menschen mit und ohne Behinderung in Kooperation mit der Lebenshilfe für Behinderte Neumünster e.V.

Wer Lust und Spaß am Kochen hat, kann in diesem Kurs einfache Anleitungen ausprobieren. Die ausgewählten Rezepte sind auf den Sommer abgestimmt. Sie können leicht erlernt und zu Hause nachgemacht werden. Selbstverständlich werden wir zum jeweiligen Ende des Kursabends unsere Produkte gemeinsam verspeisen.

Susanne Bergmann-Spiegel
donnerstags, ab 11.6.15, 18:00 - 20:15 Uhr, 4x, Gemeinschaftsschule Faldera,
Zufahrt: Pöppelmannsweg, 1. Stock
32,20 €
Eine Lebensmittelumlage in Höhe von 12,00 € ist am ersten Abend bei der Kursleitung zu zahlen.

Bitte beachten
Sie unsere Teilnahmebedingungen auf Seite 72.



Sprachen
In der Welt zu Hause

Die zunehmende Internationalisierung von Wirtschaft und Kultur, die wachsende Mobilität in Europa und sich verstärkende Migrationsbewegungen erfordern immer bessere Sprachkenntnisse und interkulturelle Kompetenzen. Die herkunftssprachliche und fremdsprachliche Kompetenz gehören zu den vom Europarat empfohlenen Schlüsselkompetenzen des lebensbegleitenden Lernens.
Wie keine andere Bildungseinrichtung unterstützen die Volkshochschulen die Menschen in Europa dabei, das sprachenpolitische Ziel „Erlernen der Muttersprache plus zweier weiterer Sprachen" zu erreichen und damit das Zusammenwachsen Europas zu fördern.
Fremdsprachen sind zum unverzichtbaren Bestandteil einer erfolgreichen Biographie geworden. Sprachkompetenz ermöglicht es den Menschen, ihre beruflichen Ziele zu verfolgen und unabhängig zu bleiben. Sprachkurse vermitteln ein interkulturelles Grundverständnis und fördern die Offenheit für andere Kulturen.
Sprachkenntnisse gelten als Schlüssel der Integration. Sie sind notwendige Bedingung für die Eingliederung in Schule, Ausbildung, Beruf und Gesellschaft. Integration zu fördern ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Auftrags der Volkshochschule.

Zur europaweiten Vergleichbarkeit der Sprachkenntnisse setzen die Volkshochschulen den Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER) in Kursplanung, Sprachberatung und Unterricht ein. Der GER beschreibt die Sprachkompetenz in sechs verschiedenen Niveaustufen und steht für einen kommunikations- und handlungsorientierten Sprachunterricht.

Einstufungsberatung für alle Stufen

Ausführliche Informationen über die genannten Prüfungen finden Sie im Internet unter: www.vhs-sh.de, www.sprachenzertifikate.de, www.goethe.de; www.CambridgeESOL.org. Nach wie vielen Semestern Sie die jeweilige Stufe abschließen können, hängt vom Lerntempo des Kurses ab.

Goethe Großes Sprachdiplom, Cambridge Proficiency

C2 – **Nahezu muttersprachliche Kenntnisse**
Sie können sich spontan, sehr fließend und differenziert ausdrücken und nahezu alles, was Sie hören oder lesen, mühelos verstehen. Kurse C2.1 – C2.4

Cambridge Advanced; Cambridge Business English Higher; Goethe Zentrale Mittelstufenprüfung

C1 – **Nahezu muttersprachliche Kenntnisse**
Sie können sich fließend im gesellschaftlichen und privaten Leben verständigen und sich strukturiert zu komplexen Sachverhalten äußern. Kurse C1.1 – C1.4

Cambridge First Certificate; Cambridge Business English Vantage; Europäisches Sprachenzertifikat B2

B2 – **Gute Sprachkenntnisse**
Sie können sich beruflich und privat problemlos mit Muttersprachler/innen, in der Standardsprache verständigen. Kurse B2.1 – B2.4

Goethe Kleines Sprachdiplom, Cambridge Proficiency

B1 – **Gute Sprachkenntnisse**
Sie können im privaten und beruflichen Bereich über Themen des Alltags wie Familie, Hobbys, Arbeit und Reisen sprechen und sich über persönliche Erfahrungen und Ereignisse austauschen. Kurse B1.1 – B1.4

Cambridge Key English Test; Europäisches Sprachenzertifikat A2

A2 – **Grundkenntisse**
Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen über vertraute Themen und Tätigkeiten (z.B. Informationen zur Person, Einkaufen, Arbeit, die eigene Ausbildung, Ihre Umwelt) mit einfachen Worten verständigen. Kurse A2.1 – A2.4

Europäisches Sprachenzertifikat A1

A1 – **Grundkenntisse**
Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sagen wie Sie heißen, wo Sie wohnen, wer Sie sind, Auskünfte einholen wie z.B. nach dem Weg fragen und einfache Fragen beantworten. Kurse A1.1 – A1.4

Sprachkurssystem und Sprachprüfungen

vhs Qualitätsring Sprachen

Der vhs Qualitätsring Sprachen ist ein Zusammenschluss schleswig-holsteinischer Volkshochschulen zur Qualitätssicherung im Fremdsprachenunterricht. Der Qualitätsring Sprachen bietet Ihnen ein einheitliches, mehrstufiges Kurssystem, das sich an den Vorgaben des Europarates, dem Europäischen Referenzrahmen für Sprachen orientiert. Das Kurssystem basiert auf sechs Kenntnisstufen (A1, A2, B1, B2, C1, C2), die allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage dienen. Die Stufen geben vor, was die Lernenden können, wenn sie die betreffende Lernstufe erreicht haben und welche Abschlüsse möglich sind.

Einstufungsberatung für alle Stufen

Ausführliche Informationen über die genannten Prüfungen finden Sie im Internet unter: www.vhs-sh.de; www.sprachenzertifikate.de www.goethe.de; www.CambridgeESOL.org
Nach wie vielen Semestern Sie die jeweilige Stufe abschließen können, hängt vom Lerntempo des Kurses ab.

Selbsteinstufung über das Internet

Wir möchten, dass Sie den Kurs finden, der am besten auf Ihren Vorkenntnissen aufbaut. Für die Selbsteinschätzung in den meisten Sprachen können Sie den Onlinetest www.sprachtest.de nutzen. Diese Selbsteinstufung kann als Vorbereitung für unsere Beratung dienen. Bitte bringen Sie Ihr Testergebnis zur Beratung mit. Falls Sie im Detail sehen möchten, bei welchem Kapitel Sie am besten einsteigen, finden Sie Links zu den Einstufungstests der Lehrbuchverlage auf unserer Homepage unter „Sprachen-Infos": www.vhs-neumuenster.de

Beratungsangebote

Wir beraten Sie gern individuell und kostenlos im persönlichen (notfalls telefonischen) Gespräch. Die Ergebnisse aus dem Onlinetest sind dafür eine gute Grundlage.
Tel.: 04321 707690.

Kurse mit Muße

Bei uns können Sie viele Sprachen vormittags in Ruhe Schritt für Schritt erlernen – ohne Zeit-, Leistungs- und Konkurrenzdruck und in angenehmer Gruppenatmosphäre. So bringt das Lernen Freude und ist zugleich auch sinnvoll und effektiv.

Informationstermine

40000

Einstufungsberatung Sprachkurse (Alle Sprachen)

Dr. Björn Otte
Donnerstag, 22.1.15, 17:30 - 19:00 Uhr
Volkshochschule, gebührenfrei

40001

Infoabend: Cambridge Prüfungen, Schwerpunkt Business English

Sie interessieren sich für ein Zertifikat, um Ihre Englischkenntnisse für Schule, Beruf oder Studium nachzuweisen, wissen aber noch nicht genau welches? Sie haben Schwierigkeiten, Ihre eigenen Kenntnisse und Fähigkeiten einzuschätzen? Für alle, die neugierig sind und mehr erfahren möchten, veranstaltet die vhs Neumünster vor Semesterstart einen kostenfreien und unverbindlichen Informationsabend.
Um die Teilnehmerzahl abschätzen zu können, bitten wir um telefonische Vormerkung unter Tel.: 707690.
Allgemeine Informationen zu den Prüfungen finden Sie online unter www.cambridgeenglish.org.

Wilhelm Graas / Dr. Björn Otte
Mittwoch, 21.1.15, 17:30 - 19:00 Uhr
Volkshochschule, gebührenfrei

DGS: Deutsche Gebärdensprache

40010

Gebärdensprache 1
Grundlagen der Deutschen Gebärdensprache (DGS 1)

Dieser Kurs bietet eine Einführung in die deutsche Gebärdensprache für Interessierte, die sich mit Schwerhörigen, Spätertaubten und Gehörlosen unterhalten wollen.

Lutz Möller
donnerstags, ab 12.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 10x, Volkshochschule, 88,50 €, Kleingruppe; (Dolmetschergebühr und Lehrmaterialien sind in der Kursgebühr enthalten.)

40011

Gebärdensprache 2
Grundlagen der Deutschen Gebärdensprache (DGS 2)

Dieser Kurs bietet eine fortgeschrittene Einführung in die deutsche Gebärdensprache für Interessierte, die sich mit Schwerhörigen, Spätertaubten und Gehörlosen unterhalten wollen, und schon einen DGS-Kurs absolviert haben.

Lutz Möller
donnerstags, ab 12.2.15, 19:30 - 21:00 Uhr, 10x, Volkshochschule, 88,50 €, Kleingruppe; (Lehrmaterialien sind in der Kursgebühr enthalten.)

40012

Gebärdensprache 3
Grundlagen der Deutschen Gebärdensprache (DGS 3)

Dieser Kurs bietet eine fortgeschrittene Einführung in die deutsche Gebärdensprache für Interessierte, die sich mit Schwerhörigen, Spätertaubten und Gehörlosen unterhalten wollen, und schon die Kurse DGS 1 und 2 absolviert haben.

Urte Möller
donnerstags, ab 12.2.15, 19:00 - 20:30 Uhr, 10x, Volkshochschule, 88,50 €, Kleingruppe; (Lehrmaterialien sind in der Kursgebühr enthalten.)

Dänisch

NEU M **40300**

Dänisch mit Muße – ohne Vorkenntnisse

Inhalte: sich begrüßen, einander vorstellen und sich verabschieden, Fragen stellen und kurze Angaben machen zu Herkunft, Beruf und Familie, über Freizeitaktivitäten und den Tagesablauf sprechen u. a.
Lehr- und Arbeitsbuch: Vi snakkes ved! (Hueber Verlag)

Iris Meyer
donnerstags, ab 5.3.15, 09:00 - 10:30 Uhr, 10x, Volkshochschule, 65,00 €, Kleingruppe

NEU **40301**

Dänisch – ohne Vorkenntnisse

Inhalt: sich begrüßen, einander vorstellen und sich verabschieden, Fragen stellen und kurze Angaben machen zu Herkunft, Beruf und Familie, über Freizeitaktivitäten und den Tagesablauf sprechen u. a.
Lehr- und Arbeitsbuch: Vi snakkes ved! (Hueber Verlag)

Hanne Holm Lorenzen
mittwochs, ab 11.2.15, 19:00 - 20:30 Uhr, 15x, Volkshochschule, 79,00 €

NEU **40302**

Dänisch Konversation Mittelstufe (A2/B1)

Teilnehmer/-innen, die schon Vorkenntnisse haben, können hier ihre Sprachfertigkeit weiterentwickeln: freies Sprechen und die Vertiefung der Grammatikkenntnisse stehen im Vordergrund. Aktuelle Texte aus der Presse und Themen aus Alltag und Kultur unserer dänischen Nachbarn liefern Gesprächsstoff. Wiedereinsteiger/-innen sind herzlich Willkommen

Hanne Holm Lorenzen
donnerstags, ab 12.2.15, 19:00 - 20:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

Dänisch Intensivwoche ohne Vorkenntnisse

Dieser Dänisch-Grundkurs richtet sich an Anfänger/-innen und bereitet diese intensiv auf berufliche und private Reisen nach Dänemark vor. Inhalte: sich begrüßen, einander vorstellen und sich verabschieden, Fragen stellen und kurze Angaben machen zu Herkunft, Beruf und Familie, über Freizeitaktivitäten und den Tagesablauf sprechen, im Restaurant etwas bestellen, Uhrzeiten angeben und erfragen u. a.
Vorkenntnisse sind nicht nötig.
Eine Cafeteria und Hotelzimmer sind im Seminarhaus Kiek in! Neumünster auf Anfrage verfügbar.
Lehr- und Arbeitsbuch: Vi snakkes ved! (Hueber Verlag)

Dozentenportrait



Iris Meyer

Ob mit der Familie ins Ferienhaus an der Westküste oder mit dem Zug nach Kopenhagen, mit dem Wohnmobil quer durchs Land oder mit dem Boot durchs Inselmeer der Ostsee: Dänemark ist vielseitig und aufgrund der Nähe für viele gerade deshalb das Urlaubsland Nummer eins. Auch mich hat das kleine Königreich im Norden als Kind begeistert. Und das so sehr, dass ich irgendwann beschloss Land und Leute noch ein bisschen besser kennenzulernen und mein Studium der Skandinavistik in Kiel und schließlich auch in Kopenhagen aufzunehmen.
Inzwischen haben mich meine Wege beruflich sogar noch weiter in den Norden geführt. Doch ich komme immer wieder gern zurück nach Dänemark. Es sind die Gelassenheit und Zufriedenheit, die die Menschen dort ausmachen, dieses unbeschreibliche Gefühl der „hygge“ und die vielen anderen Kleinigkeiten, die ich den Teilnehmern neben der Sprache in meinem Kurs gern näher bringen möchte.
Vi ses!



NEU **40304 Kurs in den Osterferien**
Michael Petersen
Montag – Freitag, 13.4.15 - 17.4.15,
09:00 – 16:00 Uhr
Volkshochschule, 169,00 €, Kleingruppe

NEU **40305 Kurs in den Sommerferien**
Michael Petersen
Montag – Freitag, 20.7.15 - 24.7.15,
09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 169,00 €, Kleingruppe

NEU **40306**
SOMMER-VHS: Dänisch Intensivwoche II mit geringen Vorkenntnissen
Kurs in den Sommerferien
Dieser Dänisch-Grundkurs richtet sich an Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen im Umfang von ca. 40 UStd. Inhalte: Lebensmittel einkaufen, Vorschläge machen, sich verabreden, über Ferienpläne sprechen, Auskünfte einholen, ein Hotelzimmer reservieren, nach dem Weg fragen, Futur und Präteritum u. a. Eine Cafeteria und Hotelzimmer sind im Seminarhaus Kiek in! Neumünster auf Anfrage verfügbar.
Lehr- und Arbeitsbuch: Vi snakkes ved! (Hueber Verlag)

Michael Petersen
Montag - Freitag, 27.7.15 - 31.7.15,
09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 169,00 €, Kleingruppe

Deutsch

Deutsch als Zweit- und Fremdsprache

Die Volkshochschule bietet Kurse in Deutsch als Fremdsprache auf den Stufen A2 bis B2 an. Die Kurse entsprechen den modernen Anforderungen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GERR). Der erfolgreiche Abschluss wird mit einer Teilnahmebescheinigung bestätigt. Ein größeres Angebot finden Sie in Neumünster bei den Integrationskurs-Trägern:
AWO – Tel.: 04321 4890324
WAK – Tel.: 04321 40777.

40400
Deutsch als Fremdsprache – Vorbereitung und Prüfung A1
Der Kurs bereitet Menschen, die bereits an einem Deutsch-A1-Kurs teilgenommen haben, intensiv auf die Prüfung telc Deutsch A1 vor. Die Prüfung findet am Freitag, 8.5.15 um 14:00 Uhr statt und ist im Preis inklusive. Das Zertifikat wird als Nachweis für den Ehegattennachzug anerkannt.

Safira Gharib-Steinert
montags, ab 9.2.15, 17:30 - 19:00 Uhr, 11x,
Volkshochschule, 128,20 €

40401
Deutsch als Fremdsprache Mittelstufe (B1.2)
Das Niveau B1 steht für selbstständige Sprachverwendung. Eine Heranführung an das freie Sprechen, der Ausbau des Wortschatzes und die Sicherheit in der Grammatik stehen in diesem Kurs im Vordergrund. Voraussetzung sind Kenntnisse auf dem Niveau B1 plus ca. 30 Stunden Unterricht.
Delfin-Einbändige Ausgabe Hueber-Verlag, ab Lekt. 10;
Lehrbuch: ISBN: 978-3-19-001601-3
Arbeitsbuch: ISBN: 978-3-19-011601-0

Safira Gharib-Steinert
montags, ab 9.2.15, 19:00 - 20:30 Uhr,
12x, Volkshochschule, 77,80 €,
Kleingruppe

40405
Deutsch als Fremdsprache für den Beruf A2-B1 (intensiv)
Voraussetzung: Deutsch ab abgeschlossener Stufe A2
Hier trainieren Sie typische Gesprächssituationen am Arbeitsplatz wie Kundengespräche, Beschwerden, Besprechungen, Beratungsgespräche, Small Talk. Und nebenbei festigen Sie Ihre Grammatik und erweitern Sie Ihren Wortschatz. Der Kurs ist für Menschen aus unterschiedlichen Berufen geeignet.
Perspektive Deutsch. Kommunikation am Arbeitsplatz A2/ B1+
Kursbuch: 978-3-12-675347-0
Übungsbuch: 978-3-12-675348-7

Natali Schnar
dienstags, ab 10.2.15, 18:30 - 20:00 Uhr,
12x, Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

40408
Deutsch als Fremdsprache Mittelstufe (B2) ab Lekt. 1
Der Kurs ist geeignet für Teilnehmer/-innen, die die Prüfung „Zertifikat Deutsch B1“ bestanden haben oder entsprechende Vorkenntnisse haben. Der Kurs bereitet in ca. einem Jahr (Fortsetzung ab Sept. 2015) auf die Prüfung telc Deutsch B2 vor. Bei einer regelmäßigen Teilnahme von mind. 80% erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Lehr- und Arbeitsbuch: Berliner Platz 4 NEU (B2), ISBN: 978-3-12-606077-6

Silke Lenz
montags und donnerstags, 9.2.15 - 4.5.15,
18:00 – 19:30 Uhr, 20x
Volkshochschule, 105,00 €

EINBÜRGERUNGSTEST
Die Volkshochschule organisiert in Zusammenarbeit mit dem Landesverband der Volkshochschulen Termine für den Einbürgerungstest.
Der Einbürgerungstest des Bundesinnenministeriums prüft 33 von insgesamt 310 Fragen zur Demokratie, deutschen Gesellschaft und Geschichte sowie zum Bundesland Schleswig-Holstein. Durch richtiges Ankreuzen von mindestens 17 Antworten können Sie den Test bestehen.
Sie können sich bei uns auch für die Termine in Kiel anmelden, die in der Regel einmal im Monat beim Landesverband durchgeführt werden. Wenn Sie daran Interesse haben, sprechen Sie uns gerne an, wir sagen Ihnen dann, wann der nächste Termin für einen Einbürgerungstest ist und wie Sie sich anmelden können.
Eine Anmeldung ist während unserer Geschäftszeiten und nur persönlich möglich. Hierfür ist ein gültiger Personalausweis/Reisepass vorzuzeigen und die Anmeldegebühr in Höhe von 25,00 € in bar zu zahlen.
Telefon: 04321 707 690
E-Mail info@vhs-neumuenster.de

40450
Einbürgerungstest
Die Anmeldung für diesen Termin ist bis zum 19.02.2015 möglich.
Freitag, 27.3.15, 15:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 25,00 €

40451
Einbürgerungstest
Die Anmeldung für diesen Termin ist bis zum 23.04.2015 möglich.
Freitag, 29.5.15, 15:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 25,00 €

Das Buch zum Kurs

Die Lehr- und Arbeitsbücher hält der Buchhandel für Sie bereit.
Bitte kaufen Sie sich die Bücher selbst.

Englisch

Niveau A1 für Anfänger und Wiedereinsteiger

 **40600**

Easy English with short videos
...ein Schnupperkurs für den Neustart!

In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, in geselliger Runde auszuprobieren, dass das Lernen der englischen Sprache nicht nur Freude, sondern auch Erfolge bringt – und das bereits nach kurzer Zeit. Wenn es Ihnen gefällt, können Sie danach den Anschlusskurs Nr. 40601 besuchen.
Lehr- und Arbeitsbuch: Easy English A1.1 (Cornelsen Verlag)
ISBN 978-3-06-520805-5

Farrah Asif
freitags, ab 13.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 4x
Volkshochschule, 21,80 €

 **40601**

Easy English with short videos
Anschlusskurs

Wenn Sie bereits ein wenig Englischkenntnisse haben, sind Sie in diesem Kurs willkommen, auch wenn Sie den Einstieg in Kurs 40600 verpasst haben.
Lehr- und Arbeitsbuch: Easy English A1.1 (Cornelsen Verlag)
ISBN 978-3-06-520805-5

Farrah Asif
freitags, ab 13.3.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 8x
Volkshochschule, 42,60 €

M **40604**

Englisch mit Muße – Grundstufe (A1)
ab Lekt. 4 – fast noch mal von vorn!
Für Anfänger/-innen mit geringen/ sehr geringen Vorkenntnissen

Wenn Sie Ihr Schulenglisch fast völlig vergessen oder kaum Kenntnisse in dieser Sprache haben, können Sie in diesem Kurs ohne Leistungsdruck und auf unterhaltsame Art die Grundbegriffe erlernen. Schritt für Schritt üben Sie Aussprache, Wortschatz und etwas Grammatik. Am Ende werden Sie in der Lage sein, einfache Kommunikationssituationen, wie sie z.B. bei Reisen typisch sind, erfolgreich und sicher zu bewältigen.
Lehr- und Arbeitsbuch: Great! A1
ISBN 978-3-12501480-0

Reinhard Müntzel
mittwochs, ab 18.2.15, 09:30 - 11:00 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €, Kleingruppe

NEU **40605**

Weltsprache Englisch
mit Muße für die Reise

Englisch ist weltweit die wichtigste Sprache für alle, die auf Reise gehen. Dieser Kurs führt in die englische Sprache ein und konzentriert sich auf Redewendungen typischer Situationen. Darüber hinaus erhalten Sie interessante Einblicke in die Alltagskultur verschiedener englischsprachiger Länder: England, Australien, Kanada, USA etc. Am besten ist der Kurs geeignet für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne oder mit längst vergessenen Kenntnissen der englischen Sprache.
Lehr- und Arbeitsbuch: Englisch für den Urlaub (Klett Verlag)
ISBN 978-3-12-501546-3

Rebecca Moss
dienstags, ab 17.2.15, 10:30 – 12:00 Uhr, 12x, Volkshochschule, 64,40 €

M **40607**

Englisch mit Muße – Grundstufe (A1)
ab Lekt. 5

Lehr- und Arbeitsbuch: Network Now A1 Starter (Langenscheid bei Klett Verlag)
ISBN 978-3-526-51911-9

Farrah Asif
dienstags, ab 10.2.15, 09:00 - 10:30 Uhr, 11x, Volkshochschule, 71,40 €, Kleingruppe

40612

Intensivwoche: Englisch für Anfänger I
(A1.1) ohne Vorkenntnisse

Ob beruflich oder privat – Kenntnisse der englischen Sprache werden mehr und mehr vorausgesetzt. In diesem einwöchigen Kurs können Sie fundierte Grundkenntnisse erwerben, Redewendungen in Alltagssituationen erlernen und erste Kontakte mit der Grammatik knüpfen. Nach fünf englischen Tagen ist die Hemmschwelle zu sprechen überwunden und Sie haben eine gute Grundlage zum Weiterlernen.
Dieser Kurs kann mit dem Wochenkurs „Englisch für Anfänger II" ab 16.03.2015 fortgesetzt werden (danach Englisch III, ab 23.03.2015.
Lehr- und Arbeitsbuch: „English Elements – Basic Course", Hueber Verlag,
ISBN 3-19-202493-3 (Buch bitte zu Kursbeginn mitbringen)

Martina Aßmus-Niemeyer
montags - freitags, 9.3.15 - 13.3.15, 18:00 - 21:15 Uhr, 5x
Volkshochschule, 85,00 €

40613

Intensivwoche: Englisch für Anfänger II
(A1.1) für Teilnehmende
mit sehr geringen Kenntnissen

In diesem einwöchigen Kurs können Sie Ihre vorhandenen Grundkenntnisse der englischen Sprache wiederbeleben und erweitern, Redewendungen in Alltagssituationen üben und in unkomplizierter Weise Kontakte mit der Grammatik knüpfen. Nach fünf englischen Tagen werden Sie sich wieder sicherer fühlen und auf jeden Fall tiefer in das Thema einsteigen wollen.
Falls Sie erst in diesem Modul einsteigen, sollten Ihnen Folgendes auf Englisch nicht ganz fremd sein: Jemanden begrüßen, sich selbst sowie Freunde und Familienmitglieder vorstellen, Zahlen, Buchstaben, Uhrzeiten, Farben, eine Frage in der Gegenwart stellen und beantworten.
Fortsetzen können Sie diesen Kurs mit dem am 23.03.2015 beginnenden Kurs „Englisch für Anfänger Teil III".
Lehr- und Arbeitsbuch: „English Elements – Basic Course", Hueber Verlag,
ISBN 3-19-202493-3, ab ca. Lekt. 5 (Buch bitte zu Kursbeginn mitbringen)

Martina Aßmus-Niemeyer
Montag - Freitag, 16.3.15 - 20.3.15,
18:00 – 21:15 Uhr
Volkshochschule, 85,00 €

40615

Intensivwoche: Englisch für Anfänger III
(A1.2) Englisch für Teilnehmende
mit sehr geringen Kenntnissen

Ihnen ist die englische Sprache aus der Schulzeit oder früheren Kursen noch in guter Erinnerung und Sie möchten diese Kenntnisse gerne erweitern und vertiefen? Dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie. In diesem einwöchigen Kurs können Sie Ihre vorhandenen Grundkenntnisse der englischen Sprache reaktivieren, Redewendungen in Alltagssituationen üben und in unkomplizierter Weise Kontakte mit der Grammatik knüpfen. Nach fünf englischen Tagen werden Sie sich wieder sicherer fühlen und auf jeden Fall tiefer in das Thema einsteigen wollen.
Falls Sie erst in diesem Modul in den Intensivkurs einsteigen, sollen Ihnen zusätzlich zu den in Teil II genannten Dingen, folgende Themen im Englischen nicht ganz fremd sein: Verneinungen in der Gegenwart auch in der 3. Person, Monate, Beschreibung wo sich etwas befindet, Tätigkeiten des täglichen Lebens, Vergangenheitsform Past Tense.



Lehr- und Arbeitsbuch: „English Elements“, Hueber Verlag, ISBN 3-19-202494-8, ab ca. Lekt. 8 (Buch bitte zu Kursbeginn mitbringen)

Martina Aßmus-Niemeyer
Montag - Freitag, 23.3.15 - 27.3.15,
18:00 – 21:15 Uhr
Volkshochschule, 85,00 €

Einstieg: Business English

 **40618**

Business English – Grundstufe (A1)

Dieser Kurs hat vor allem das Ziel, die passiven Kenntnisse der Teilnehmerinnen und Teilnehmer (Leseverstehen etc.) in aktive Sprachfähigkeit zu übertragen. In realistischen beruflichen Situationen wird Wirtschaftsenglisch trainiert. Das Sprachniveau entspricht der Stufe A1 des europäischen Referenzrahmens für Fremdsprachen und es wird Gelegenheit geben, die Grammatik und Vokabelkenntnisse umfassend aufzufrischen. Lehrbuch/Arbeitsbuch: Business Start-up 1 (Cambridge/Klett)
ISBN 978-3-12-539763-7.

Silke Lenz
montags, ab 9.2.15, 19:30 - 21:00 Uhr, 11x
Volkshochschule, 71,40 €

Niveaustufe A2 und Kurse für fortgeschrittene Wiedereinsteiger

40620

Intensivwoche: Englisch für fortgeschrittene Wiedereinsteiger (A2)

Have you once learned English and want to reactivate it? Can you give others information about yourself in more than one word (name, place where you live, family details, hobbies) and ask others for this information? Can you tell simple things in the Simple Past? Do you want to revise some grammar and talk with others about general topics? Then it would be nice to have you in this course so that we can learn together in a relaxed way. As every unit is closed in itself, new participants will have no difficulties joining in and are very welcome! It would be nice to meet you!
Lehr- und Arbeitsbuch: Next A2/1 (Hueber-Verlag), ISBN 978-3-19-02932-0 (Buch bitte zu Kursbeginn mitbringen)

Martina Aßmus-Niemeyer
Montag - Freitag, 2.3.15 - 6.3.15,
17:30 - 20:45 Uhr
Volkshochschule, 85,00 €

40625

Englisch – Grundstufe (A2)
Intensivkurs ab Lekt. 1

Welcome! Hier frischen Sie Ihr Englisch auf! Bestehende Kenntnisse lassen sich in diesem Kurs aufpolieren und vertiefen. In nur 4 Wochen schaffen Sie etwa den Stoff eines ganzen Semesters. Geeignet für Anfänger mit Vorkenntnissen. Wenn Sie nicht sicher sind, ob dieser Kurs der richtige für Sie ist, wenden Sie sich an unsere Sprachenberatung. Come and join us!
Lehr- und Arbeitsbuch: Great! A2 (Klett)
ISBN 978-3-12-501482-4

Ulrike Dollenberg / Silke Lenz
dienstags und mittwochs, 10.2.15 - 4.3.15,
18:00 - 20:30 Uhr, 8x
Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

40628

English A2 Refresher Course

Der Kurs arbeitet auf der Niveaustufe A2 und vertieft und wiederholt in kompakter Form die nötigen Kenntnisse zum Übergang in die Stufe B1.
Ein Unkostenbeitrag für Fotokopien ist am ersten Abend bei der Kursleitung zu entrichten!

Christin Heine
donnerstags, ab 26.3.15, 19:00 - 21:15 Uhr, 5x, Auch in den Ferien; nicht am 09.04.!
Volkshochschule, 58,20 €

M **40629**

Englisch mit Muße – Grundstufe (A2)
Refresher, ab Lekt. 2

Dieser Kurs richtet sich an alle, die in der Schule Englisch gelernt haben, aber die Sprache kaum anwenden, sodass sie unsicher geworden sind. In der Gruppe werden Vokabeln und Grammatik wiederholt und vertieft und vor allem die Sicherheit in der Sprache wieder hergestellt.
Auffrischungskurs; Vorkenntnisse: Englisch bis ungefähr zum Hauptschulabschluss oder „verschüttete“ Kenntnisse. Bitte nutzen Sie die Einstufungsberatung der VHS.
Lehr- und Arbeitsbuch: Fairway Refresher A2 (Klett Verlag)

Farrah Asif
mittwochs, ab 11.2.15, 09:00 - 10:30 Uhr, 11x, Volkshochschule, 58,20 €

Englisch – Grundstufe (A2), ab Lekt. 3 für fortgeschrittene Anfänger/-innen und Wiedereinsteiger

Lehr- und Arbeitsbuch: FAIRWAY A2 (Klett Verlag)

40630

Irmgard Kaack
montags, ab 9.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 12x
Nicht am 09.03.!
Volkshochschule, 63,40 €

40631

Irmgard Kaack
dienstags, ab 10.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

Niveaustufe B1 und Übergang zu B2

40635

Englisch – Mittelstufe (B1), ab Lekt. 1

Der Kurs arbeitet auf der Niveaustufe B1 und vertieft Grammatikkenntnisse und Vokabelwissen auf aktive und motivierende Weise.
Lehrbuch: Great! B1 (Klett Verlag)

Christin Heine
dienstags, ab 10.2.15, 18:30 - 20:00 Uhr, 11x, auch in den Ferien; nicht am 07.04.!
Volkshochschule, 58,20 €

40670
Englisch mit Muße – Mittelstufe (B1/B2) ab Lekt. 1
An informal conversation course with lots of interesting topics providing food for thought.
Lehr- und Arbeitsbuch: In Conversation II B1/B2 (Klett-Verlag)

Valerie Schütt
donnerstags, ab 12.2.15, 09:00 - 10:30 Uhr, 11x, Volkshochschule, 58,20 €

40671
Englisch mit Muße – Mittelstufe (B1/B2)
An informal conversation course. Topics for discussion from coursebook, „Spotlight“, song texts or the occasional short story. Newcomers welcome!
Lehrbuch: In Conversation II B1/B2 (Klett Verlag)

Valerie Schütt
montags, ab 9.2.15, 09:00 - 10:30 Uhr, 9x Volkshochschule, 58,60 €, Kleingruppe

Business English Niveaustufe B2

40645
Cambridge English: Business Vantage (B2) (Prüfungsvorbereitung BEC Vantage)
Der Kurs ist eine gezielte Vorbereitung auf das Zertifikat ‚Cambridge English: Business Vantage‘. Dieses Zertifikat bescheinigt Sprachfertigkeiten im beruflichen/kaufmännischen Kontext auf Niveau B2. Behandelt werden Hör- und Leseverständnis sowie mündlicher und schriftlicher Ausdruck. Auch unabhängig von der Prüfung ist der Kurs zu empfehlen, weil das Konzept verschiedene Aspekte des Business English umfasst.
Sprachliche Voraussetzungen: gute bis sehr gute Englischkenntnisse, mit aktiver Sprachbeherrschung. Vor Kurs- und Prüfungsteilnahme empfehlen wir dringend den Besuch der Einstufungsberatung.
Die nächste Prüfung findet am 30.05.2015 in Kiel statt, die Anmeldung ist bis zum 15. März möglich. Die Prüfungsgebühr beträgt 150,- €.
Lehrbuch: BEC Vantage Masterclass (Oxford Press) ISBN 978-0-19-453197-9

Wilhelm Graas
montags und mittwochs, 9.2.15 - 18.5.15, jeweils 18:30-20:00 Uhr, 2 Übungssamstage, 16. und 23.5.15, 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, 236,20 €, Kleingruppe

Niveaustufe B2 und C1

Englisch mit Muße – Mittelstufe (B2), Conversation in the Morning
These following courses offer more communicative practice at a medium level. In a relaxed atmosphere you can practise your English at your leisure and pleasure. Newspaper articles from „Spotlight Magazine“, short stories, song-texts and communicative grammar and vocabulary activities will help to further improve your competence in English. New members are welcome.

40681
Maritta Hoffmann
dienstags, ab 10.2.15, 09:15 - 10:45 Uhr, 11x, auch in den Ferien!
Volkshochschule, 58,20 €

40682
Maritta Hoffmann
dienstags, ab 10.2.15, 11:00 - 12:30 Uhr, 11x, auch in den Ferien!
Volkshochschule, 58,20 €

40685
Englisch mit Muße – Mittelstufe (B2), Conversation in the Afternoon
In a relaxed atmosphere we will be using articles from „Spotlight Magazine“ for communicative activities. Further on: attending a theatre performance (if possible), song texts, communicative grammar and vocabulary activities.

Maritta Hoffmann
dienstags, ab 10.2.15, 16:00 - 17:30 Uhr, 11x, auch in den Ferien!
Volkshochschule, 58,20 €

40690
Englisch B2/C1 – Practice makes perfect!
A forum to practice and listen to English plus a fair amount of language tuition. Apart from an occasional and helpful hint on certain aspects of grammar, special focus will be on the adequate use of vocabulary and phrases at an advanced level. Topical texts on current public affairs will be taken from the internet, from newspapers and magazines to spark off lively discussions.

David Arnot
mittwochs, ab 11.2.15, 19:00 - 20:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

Finnisch

40700
Finnisch – Grundstufe (A1) ab Lekt. 1
Für Anfänger ohne Vorkenntnisse.
Lehrbuch: Yksi, kaksi, kolme/Finnisch für Deutschsprachige ISBN 3-934106-23-4

Sinikka Seliger
dienstags, ab 10.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

Französisch

40800
Französisch – ohne Vorkenntnisse, Grundstufe (A1)
Lehr- und Arbeitsbuch: Perspectives A1 (neue Ausgabe) ISBN 9783-0652-0159-9

Christian Henschen
dienstags, ab 10.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 11x, Volkshochschule, 71,40 €, Kleingruppe

40801KAB
Französisch – Grundstufe (A1) ab Lekt. 4
Lehr- und Arbeitsbuch: Perspectives A1 (neue Ausgabe) ISBN 9783-0652-0159-9

Christian Henschen
dienstags, ab 10.2.15, 19:30 - 21:00 Uhr, 8x, Volkshochschule, 79,40 €, Kleingruppe

40803
Französisch mit Muße (Grundstufe A1) ab Lekt. 3/4 für Interessierte ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen
Dieser Kurs bietet einen sanften sowie unterhaltsamen Einstieg in die französische Sprache. A bientôt!
Lehr- und Arbeitsbuch: Perspectives A1 (neue Ausgabe) ISBN 9783-0652-0159-9

Pascale von Stülpnagel-Dumolin
mittwochs, ab 11.2.15, 09:00 – 10:30 Uhr, 8x, Volkshochschule, 79,40 €, Kleingruppe

40806
Französisch – Grundstufe (A1) ab Lekt. 7
Wir können uns vorstellen, über unsere Freizeitaktivitäten und Vorlieben sprechen. Wer über ähnliche Vorkenntnisse verfügt, ist herzlich eingeladen, sich der Gruppe anzuschließen.
Lehr- und Arbeitsbuch: Perspectives A1 (neue Ausgabe) ISBN 9783-0652-0159-9

Pascale von Stülpnagel-Dumolin
donnerstags, ab 12.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 8x, Volkshochschule, 79,40 €, Kleingruppe



M **40807**

Französisch mit Muße (Grundstufe A2) ab Lekt. 1 mit guten Grundkenntnissen

Et la journée commence en français ! In einer entspannten Atmosphäre – et dans la bonne humeur – beenden wir unser Lehrwerk und wollen Sicherheit im Umgang mit der französischen Grammatik erreichen.
Lehr- und Arbeitsbuch: Perspectives A2 (neue Ausgabe)

Pascale von Stülpnagel-Dumolin
dienstags, ab 10.2.15, 08:45 - 10:15 Uhr, 12x, Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

40821

Französisch – Grundstufe (A2) ab Lekt. 6 mit guten Vorkenntnissen

Et la journée s'achève en français ! In diesem Kurs geht es darum, neben der Arbeit mit dem Lehrwerk den freien Umgang mit der Sprache zu üben und kleine Artikel zu lesen. Neue Teilnehmer/-innen mit guten Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.
Lehr- und Arbeitsbuch: Perspectives A2 (neue Ausgabe)

Pascale von Stülpnagel-Dumolin
donnerstags, ab 12.2.15, 19:45 - 21:15 Uhr, 12x, Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

40830KAB

Französisch für die Reise

Sie planen eine Reise nach Frankreich, in die Schweiz, nach Kanada, Afrika oder Belgien und haben keine oder nur sehr geringe Sprachkenntnisse. Pas de problème !
Dieser Kurs bereitet darauf vor, mit einem Minimum an Sprache typische Alltagssituationen zu bewältigen, z.B.
Zimmer reservieren, Essen bestellen, Einkaufen auf dem Markt und Wegbeschreibungen. Außerdem erfahren Sie einiges über die französische Kultur, Land und Leute.
Bon voyage ! Die Gruppe hat bereits einen Kompaktkurs absolviert, doch Neueinsteiger sind herzlich willkommen.

Pascale von Stülpnagel-Dumolin
freitags, ab 5.6.15, 09:00 - 12:15 Uhr, 2x
Volkshochschule, 42,20 €, Kleingruppe ab 5 Personen

Italienisch

40900

Italienisch – Grundstufe (A1), ab Lek. 1

Italienisch von Anfang an: Lernen Sie Land und Leute kennen, bestellen Sie im Restaurant oder in der Bar, und stellen Sie dabei erstaunt fest, wie viele Wörter Sie eigentlich schon kennen, weil sie auch in unsere Sprache längst Einzug gehalten haben: Spaghetti, Prosecco und Capuccino sind nur wenige Beispiele.
Lehrbuch: Con piacere A1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-525180-9

Silke Lenz
donnerstags, ab 12.2.15, 19:30 - 21:00 Uhr, 11x, Volkshochschule, 58,20 €

40905

Italienisch – Grundstufe (A1) , ab Lek. 4 Italienisch für Anfänger/-innen mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Con piacere A1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-525180-9

Silke Lenz
dienstags, ab 10.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 11x, Volkshochschule, 58,20 €

40907J

Italienisch Intensivwoche Grundstufe (A1) für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

Wenn Sie vor der Reise „noch schnell" ein bisschen Italienisch lernen wollen, sind Sie hier richtig. Fragen Sie andere nach ihrem Befinden, bestellen Sie Pasta, Caffè oder ein Hotelzimmer – mit diesem Intensivkurs kein Problem!
Lehrbuch: Con piacere A1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-525180-9

Silke Lenz
Montag - Freitag, 19.1.15 - 23.1.15, 18:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, 49,00 €, Kleingruppe

 **40910**

SOMMER-VHS: Italienisch Intensiv ohne Vorkenntnisse – Kurs in den Sommerferien

Dieser Italienisch-Grundkurs richtet sich an Anfänger/-innen und bereitet diese intensiv auf berufliche und private Reisen nach Italien vor. Inhalte: sich begrüßen, einander vorstellen und sich verabschieden, Fragen stellen und kurze Angaben machen zu Herkunft, Beruf und Familie, über Freizeitaktivitäten und den Tagesablauf sprechen, im Restaurant etwas bestellen, Uhrzeiten angeben und erfragen u. a.
Vorkenntnisse sind nicht nötig.
Lehrbuch: Con piacere A1 (Klett Verlag), ISBN 978-3-12-525180-9

Silke Lenz
montags - donnerstags, 17.8.15 - 27.8.15, 09:00 – 12:15 Uhr, 8x
Volkshochschule, 135,40 €, Kleingruppe

40920

Italienisch (A1/A2) Wiederholung und Auffrischung

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die über Vorkenntnisse verfügen.

Silke Lenz
dienstags, ab 10.2.15, 19:30 - 21:00 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

Norwegisch

 **41500**

Norwegisch – Grundstufe (A1) ab Lekt. 1 für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Der Kurs vermittelt Norwegisch (Boksmål) auf grundlegendem Niveau.
Lehrbuch: Norsk for deg (Klett Verlag)

Sophia Siebicke
donnerstags, ab 12.2.15, 19:30 - 21:00 Uhr, 15x, auch am 16.4. (Ferien); nicht am 21. und 28.5.! Volkshochschule, 79,00 €

Polnisch

41700KAB

Polnisch am Wochenende schnell und intensiv

Wer in der Woche verhindert ist, hat in diesem Kurs Gelegenheit, samstags die wichtigsten Wendungen für Reisen nach Polen zu lernen.
Lehr und Arbeitsbuch: „Polnisch Sprachkurs Schnell & Intensiv „ (Hueber Verlag)

Anna Hahn
samstags, ab 6.6.15, 10:00 - 11:30 Uhr, 4x
Volkshochschule, 40,20 €
Kurs ab 5 Teilnehmenden

41701KAB

Polnisch – Grundstufe (A1) ab Lekt. 1

In diesem Kurs lernen Sie alles, was Sie für eine erste Verständigung benötigen. Von den verschiedenen Formen des Grüßens bis zu Fragen nach dem Weg und Straßenbezeichnungen. Sie erlernen die Zahlenfolge 1 bis 20 und natürlich auch, wie Sie sich selbst und andere vorstellen.
Lehr- und Arbeitsbuch: Witam! (Hueber Verlag)

Anna Hahn
mittwochs, ab 11.2.15, 18:15 - 19:45 Uhr, 8x, auch am 01.04. (Ferien)!
Volkshochschule, 79,40 €
Kurs ab 5 Teilnehmenden

41702KAB

Polnisch – Grundstufe (A1) ab Lekt. 3

In diesem Kurs dreht sich alles um das Thema „Hotel und Restaurant“. Wir übern zum Beispiel die Reservierung eines Hotelzimmers mit den jeweiligen Preisen, das Ein- und Auschecken inklusive Rechnungserstellung sowie die Bestellung von Frühstück und Getränken. Wir lernen insbesondere polnische kulinarische Spezialitäten kennen und wie wir diese und anderes im Restaurant korrekt bestellen können.
Lehr- und Arbeitsbuch: Witam! (Hueber Verlag)

Anna Hahn
mittwochs, ab 11.2.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 8x, auch am 01.04. (Ferien)!
Volkshochschule, 79,40 €
Kurs ab 5 Teilnehmenden

41703KAB

Polnisch – Grundstufe (A1), ab Lekt. 8

Wir starten gemeinsam mit Lektion 8 mit dem Titel „Kim jestem“. In diesem Kurs erlernen Sie alles über die Familienmitglieder, nach deren Alter zu fragen, persönliche Daten anzugeben wie z.B. Ihre Hobbys, Ihren Beruf und Ihren Familienstand.
Lehr- und Arbeitsbuch: Witam! (Hueber Verlag)

Anna Hahn
dienstags, ab 10.2.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 8x, Volkshochschule, 79,40 €
Kurs ab 5 Teilnehmenden

41730KAB

Polnisch – Mittelstufe (B1)

für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (entsprechend 8-10 Semestern)
Lehr- und Arbeitsbuch: Praktisches Lehrbuch Polnisch (Langenscheidt Verlag)

Anna Hahn
dienstags, ab 10.2.15, 18:15 - 19:45 Uhr, 8x, Volkshochschule, 131,40 €
Kurs ab 3 Teilnehmenden

Portugiesisch

 **41800**

Portugiesisch für die Reise Wochenendkurs für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse

In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Portugiesischen und gewinnen mit der muttersprachlichen Dozentin auch einen Einblick in die lateinamerikanische Kultur und die Bräuche Brasiliens und Portugals. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, doch auch, wer schon ein wenig Portugiesisch kann, ist herzlich eingeladen. Bei Interesse kann ein längerer Sprachkurs angeschlossen werden.
Lehrbuch: Vivam as férias! (Hueber Verlag)
ISBN 978-3-19-507243-4

Silvia Hirata
samstags, ab 7.2.15, 10:00 - 12:30 Uhr, 7x
Volkshochschule, 68,20 €, Kleingruppe

Das Buch zum Kurs

Die Lehr- und Arbeitsbücher hält der Buchhandel für Sie bereit.
Bitte kaufen Sie sich die Bücher selbst.

Russisch

41900KAB

Russisch – Grundstufe (A1) für Teilnehmende ohne oder mit wenig Vorkenntnissen

Lehr- und Arbeitswerk „Otlitschno! A1“ (Hueber Verlag).
Wenn die Nachfrage sehr groß ist, wird der Unterricht als Normalgruppe durchgeführt, dann reduziert sich das Entgelt.

Natali Schnar
donnerstags, ab 12.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 10x, Volkshochschule, 99,00 €
Kurs mit 5 – 7 Teilnehmenden.

Schwedisch

42000

Schwedisch – ohne Vorkenntnisse

Das Lehrbuch wird im Kurs bekanntgegeben.

Gurli Frank-Behrendt
donnerstags, ab 19.2.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 12x, auch in den Ferien!
Volkshochschule, 63,40 €

42010

Schwedisch Konversation Mittelstufe (A2/B1)

In diesem Konversationskurs wollen wir die bereits vorhandenen Schwedisch-Kenntnisse ausbauen und das freie Sprechen und Verstehen üben. Anhand aktueller Themen wollen wir schrittweise unseren Wortschatz erweitern und mehr Sicherheit im Umgang mit der Sprache gewinnen.
Das Lehrbuch „Sagor och Sanningar“ kann bei der Dozentin bestellt werden.

Gurli Frank-Behrendt
donnerstags, ab 19.2.15, 18:15 - 19:45 Uhr, 12x, auch in den Ferien!
Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe

Spanisch

42200

Spanisch – Grundstufe (A1) ab Lekt. 1 für Anfänger/-innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnisse(n)

Lehr- und Arbeitsbuch: CON GUSTO A1 (Klett Verlag)

Darney Mora Guerrero
dienstags, ab 10.2.15, 20:00 - 21:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €, Kleingruppe



M **42201**
Spanisch mit Muße – Grundstufe (A1) ab Lekt. 1 für Anfänger/-innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnisse(n)
Lehr- und Arbeitsbuch: CON GUSTO A1 (Klett Verlag)

Cristina Rubi Navarrete
dienstags, ab 10.2.15, 09:30 - 11:00 Uhr, 15x, Volkshochschule, 79,00 €

NEU **42202**
SOMMER-VHS: Spanisch intensiv Grundstufe (A1) ab Lekt. 1
Intensivkurs für Anfänger/-innen ohne Vorkenntnisse
Lehr- und Arbeitsbuch: CON GUSTO A1 (Klett Verlag)

Cristina Rubi Navarrete
montags, ab 20.7.15, 09:00 – 12:15 Uhr, 9x
Volkshochschule, 116,20 €, Kleingruppe

NEU **42203**
SOMMER-VHS: Spanisch statt Urlaub für Anfänger/-innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnisse(n)
In den Sommerferien vermittelt dieser Kurs Spanischkenntnisse gezielt für die Reise. Wer keine oder geringe Kenntnisse hat (vielleicht von Reisen nach Spanien) und diese allerdings gern erlernen und ausbauen möchte, ist in diesem Kurs richtig.
Lehr- und Arbeitsbuch: Spanisch für den Urlaub (Klett Verlag)

Christin Heine
dienstags und donnerstags,
4.8.15 - 20.8.15, 19:00 - 21:15 Uhr, 6x
Volkshochschule, 58,60 €, Kleingruppe

Spanisch – Grundstufe (A1) ab Lekt. 3/4 für Anfänger/-innen ohne oder nur mit sehr wenig Vorkenntnisse(n)
Lehr- und Arbeitsbuch: CON GUSTO A1 (Klett Verlag)

42204
Antonio Jose Mavares
mittwochs, ab 11.2.15, 18:30 - 20:00 Uhr, 12x, Neueinsteiger sind willkommen!
Volkshochschule, 63,40 €

42205
Gesina Stamer
mittwochs, ab 11.2.15, 18:30 - 20:00 Uhr, 12x, auch in den Ferien (nicht am 1.4.)!
Volkshochschule, 63,40 €

M **42206**
Spanisch mit Muße – Grundstufe (A1), Lekt. 6 für Anfänger/-innen mit wenig Vorkenntnissen
Lehr- und Arbeitsbuch: CON GUSTO A1 (Klett Verlag)

Diva Kryg
donnerstags, ab 12.2.15, 09:30 - 11:00 Uhr, 14x, Volkshochschule, 73,80 €

Spanisch für die Reise (ohne Vorkenntnisse)
Leitung: Cristina Rubi Navarrete
Sie fliegen bald nach Spanien in den Urlaub und möchten sich im Hotel verständigen, nach dem Weg fragen, ein Bier bestellen oder ein Kleidungsstück in der passenden Größe erwerben können? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig, denn wir werden all diese Dinge und noch viel mehr rechtzeitig zu Ihrem Urlaub erlernen.

42207
Montag - Mittwoch, 23.3.15 - 25.3.15,
18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 53,40 €, Kleingruppe

42208
Mittwoch - Freitag, 6.5.15 - 8.5.15,
18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 53,40 €, Kleingruppe

42209
Montag - Mittwoch, 6.7.15 - 8.7.15,
18:00 – 21:15 Uhr
Volkshochschule, 53,40 €, Kleingruppe

42211
Spanisch – Grundstufe (A1) ab Lekt. 11 für Anfänger/-innen mit guten Vorkenntnissen
Lehr- und Arbeitsbuch: CON GUSTO A1 (Klett Verlag)

Christin Heine
dienstags, ab 10.2.15, 20:00 – 21:30 Uhr, 11x, auch in den Ferien! Nicht am 07.04. Volkshochschule, 58,20 €. Kopiergeld in Höhe von 2,00 € bitte am ersten Abend bei der Kursleitung entrichten.

42212
Spanisch – Grundstufe (A2) ab Lekt. 1 für Anfänger/-innen mit guten Vorkenntnissen
Lehr- und Arbeitsbuch: CON GUSTO A2 (Klett Verlag)

Darney Mora Guerrero
dienstags, ab 10.2.15, 18:30 – 20:00 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

M **42220**
Spanisch mit Muße – Grundstufe (A2) ab Lekt. 10
Lehr- und Arbeitsbuch: CON GUSTO A2 (Klett-Verlag)

Sonia Rohwer
dienstags, ab 10.2.15, 09:00 – 10:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

42224
Spanisch – Mittelstufe (B1) ab Lekt. 3
Lehr- und Arbeitsbuch: CON GUSTO B1 (Klett Verlag)

Sonia Rohwer
mittwochs, ab 11.2.15, 18:00 – 19:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 63,40 €

42230
Spanisch – Mittelstufe (B1), Conversación para todos
Si quieres hablar español con gente interesada en esta lengua y conocer algo más sobre la cultura y el idioma este es el curso ideal. En clase juntamos la diversión y el aprendizaje. Seguro que te va a gustar!

Sonia Rohwer
mittwochs, ab 11.2.15, 19:45 – 21:15 Uhr, 12x, Volkshochschule, 77,80 €, Kleingruppe Kopiergeld in Höhe von 2,00 € bitte am ersten Abend bei der Kursleitung entrichten.

NEU **42250KAB**
Spanisch für den Beruf
Dieser Kurs richtet sich an alle, die die spanische Sprache beruflich oder geschäftlich benötigen. In diesem Kurs lernen Sie, Briefe zu schreiben, Telefonate zu führen sowie die Erstellung von Lebensläufen und Profilen.

Cristina Rubi Navarrete
donnerstags, ab 12.2.15, 19:30 – 21:00 Uhr, 7x, Volkshochschule, 69,60 €, Kleingruppe

Türkisch

NEU **42410**
Türkisch B1
Vorbereitung auf die herkunftssprachliche Prüfung telc Türkçe B1 Okul
Du bist mit Türkisch als Familiensprache aufgewachsen? Dann hast du eine Qualifikation, die dir in der Schule sehr nützlich sein kann und später auf dem Arbeitsmarkt deine Chancen erheblich erhöhen kann. Wir bieten in diesem Ferienkurs Schülerinnen und Schülern, die ihre Familiensprache in Wort und Schrift sehr gut beherrschen, die Möglichkeit, eine Prüfung abzulegen, die europaweit anerkannt ist: das telc Türkisch Zertifikat B1 (‚telc': the european language certificates').
Schülerinnen und Schülern, die die Schule nach dem Erwerb des Mittleren Schulabschlusses in der 10. Klasse verlassen, bietet das Zertifikat eine zusätzliche Qualifikation bei der Suche nach einer Berufsausbildung. Der Ferienkurs bereitet euch auf die Prüfung vor, die nicht Teil des Kurses ist, zu der sich die Gruppe aber gemeinsam anmelden kann. Die Teilnahme an der Prüfung kostet 110,00 €. Eine Beratung vor dem Kurs wird empfohlen: info@vhs-neumuenster.de; Tel. 04321 707690

Abdullah Bedir
donnerstags, ab 12.2.15, 18:00 - 19:30 Uhr, 12x, Volkshochschule, 77,80 €, bei einer Gruppe von 8 - 11 Teilnehmer/-innen

Plattdeutsch

42601
Plattdüütsch an Vörmeddag
Keen much geern in een vergnöögten Krink Platt snacken? Denn Platt snacken is to un to schöön! Düt schall een Drapen mit Lüüd warrn, de geern Platt snackt ... or ok noch'n beten Plattdüütsch dorto lehrn muchen.

Inge Rohwer
montags, ab 9.2.15, 10:00 – 11:30 Uhr, 12x
Auch in den Ferien!
Volkshochschule, 63,40 €

Übrigens

...nicht vergessen:
Mit einer rechtzeitigen Anmeldung sichern Sie sich Ihren Platz im gewünschten Kurs!



EDV und Beruf

Fit für den Beruf – Weiterkommen mit der vhs

Beruf und Arbeit sind von herausragender Bedeutung für die Entwicklung und Bewahrung der persönlichen Identität sowie für die gesellschaftliche Teilhabe. Deshalb ist die berufliche Weiterbildung unverzichtbarer und zentraler Bestandteil der Volkshochschularbeit. Sie setzt an bei Kompetenzen wie der Lernfähigkeit, den Sprachkenntnissen und reicht bis zu abschlussbezogenen Qualifizierungslehrgängen. Der kompetente Umgang mit Informationstechnologie und den Neuen Medien stellt einen Schwerpunkt des Programmbereichs „Arbeit und Beruf" dar. Ebenfalls stark vertreten sind Fachlehrgänge für das berufliche Weiterkommen in kaufmännischen, betriebswirtschaftlichen und technischen Bereichen sowie zur Optimierung von Managementkompetenzen. Veranstaltungen zu Querschnitts-Themen, die berufliche und persönliche Kompetenzen (Rhetorik, Selbstmarketing, Kreativitätstrainings) stärken, runden das Angebot ab. Beruflich qualifizierende und verwertbare Kurse finden sich aber auch im Angebot anderer Programmbereiche: zum Beispiel interkulturelle Kompetenztrainings, Angebote der Betrieblichen Gesundheitsvorsorge, berufsbezogene Sprachkurse oder Vortragsreihen zum Thema Kind und Karriere.



Europäischer Computerpass Xpert

Das Lehrgangssystem vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwenderprogrammen im Office-Bereich.
In diesem Semester werden folgende Kurse angeboten:
Fit fürs Büro mit Word 2010 und Excel 2010
(Bildungsurlaub Kurs-Nr.: 50205BU)
Arbeiten mit Office 2010 für Umsteiger und Autodidakten
(Bildungsurlaub Kurs-Nr.: 50255BU)

Software zum Sonderpreis

Als Teilnehmer/-in an einem vhs-Kurs im Bereich Beruf/EDV oder Sprachen sind Sie gegen Vorlage eines entsprechenden Nachweises (Teilnahmebescheinigung) zum Bezug von Microsoft- und Adobe-Software zu „Studenten-Preisen" berechtigt. Eine Übersicht über die Produkte finden Sie unter www.cobra-shop.de/vhs. Die Produkte sind im Rahmen der Vereinbarung zwischen dem Deutschen Volkshochschul-Verband e.V. und den Herstellern jeweils einmal pro Kurs-Teilnehmer/-in erhältlich und können online oder per Post/Fax bestellt werden. Wenn Sie weitere Fragen haben – die Kursleiter/-innen beraten Sie gern.

Einstufungsberatung:

Sie sind sich nicht sicher, welcher Kurs für Sie der Richtige ist? Lassen Sie sich durch die vhs beraten. **Am Donnerstag, 29.01.15 von 17:30 – 19:00 Uhr findet im PC-Raum** eine Einstufungsberatung statt. Dort können Sie sich persönlich von der guten Ausstattung überzeugen und, wenn Sie möchten, mit einem Einstufungstest oder über persönliche Beratung herausfinden, welcher Kurs für Sie der Richtige ist.
Weitere Beratungen sind nach telefonischer Absprache möglich.

Die mit (M) markierten Kurse sind frei im Lerntempo. Hier treffen sich Interessierte, die sich beim Erkunden der PC-Welt Zeit lassen wollen. Die Kurse richten sich überwiegend an Senioren/-innen, aber auch Jüngere, die gern etwas langsamer lernen möchten, sind uns herzlich willkommen. Wer möchte, kann in allen Muße-Kursen gern seinen eigenen Laptop mitbringen und an diesem arbeiten. Vorteilhaft für die nachfolgenden Kurse: erste Maus- und Tastaturkenntnisse.

Maßgeschneidert

Interessieren Sie sich für individuelle Weiterbildung für Ihr Unternehmen oder einen speziellen Kurs für eine Kleingruppe? Dr. Björn Otte berät Sie gerne und macht Ihnen ein Angebot.
Telefon 0 43 21/7 07 69 50
b.otte@vhs-neumuenster.de

Bildungsprämie

Geld vom Staat zur Kursgebühr
Seit Januar 2009 fördert der Bund die Teilnahme an beruflicher Weiterbildung mit einer „Bildungsprämie" und will damit die Teilnahme an Weiterbildung bundesweit erhöhen. Per Prämiengutschein gibt es derzeit einen staatlichen Zuschuss von 50% zu den Seminarkosten, maximal jedoch 500 €. Grundvoraussetzung für den Erhalt des Gutscheins für Selbständige und Angestellte, die mindestens 15 Stunden in der Woche erwerbstätig sind, dass das zu versteuernde Einkommen derzeit bei maximal 20.000 € (bei Alleinstehenden) bzw. 40.000 € (für gemeinsam Veranlagte) liegt. Die Ausgabe des Gutscheins erfolgt im Rahmen einer „Prämienberatung" in zugelassenen Beratungsstellen. Weitere Informationen erhalten Sie beim ver.di-Forum Nord
Martina Holler, Tel: (0 43 21) 9 65 46 10
e-mail: service@weiterbildungsverbund.de

(M) **50101**
Erste Schritte am Computer (mit Muße) – Anfänger
In diesem Kurs werden die grundlegenden Arbeitsschritte im weit verbreiteten Betriebssystem Windows erklärt und eingeübt.
- Arbeiten mit Tastatur und Maus
- die Benutzeroberfläche von Windows
- Fenstertechnik
- Anlegen, Umbenennen und Löschen von Dateien
- erste Schritte in der Textverarbeitung mit Wordpad
- „Hilfe" einsetzen und kleine Probleme selbst beheben.

Der Kurs ist besonders für ältere Teilnehmer/-innen und Teilnehmer geeignet, die einen Computer besitzen, der mit Windows arbeitet.
Voraussetzung: keine Vorkenntnisse erforderlich

Rainer Anhalt
montags und dienstags, 16.2.15 - 3.3.15, 14:00 - 17:00 Uhr, 5x
Volkshochschule, 94,30 €, inkl. USB-Stick

M **50102**
Erste Schritte am Computer (mit Muße) – Fortgeschrittene
Vertiefen Sie Ihre Grundkenntnisse und lernen Sie viele hilfreiche Details. Benutzung von freien Zubehör-Programmen (DVD brennen, PDF, Textverarbeitung etc.), die Ihnen den Umgang mit dem PC erleichtern. Hierzu zählen die Funktionen des Windows Explorers, Ordnersysteme erstellen.
Weitere Techniken in:
- System und Sicherheit
- Virenscanner und Firewall
- Energieoptionen
- Programme sicher entfernen
- Festplatte aufräumen/defragmentieren
- Datensicherung mit Windows
- PC im „abgesicherten Modus“ starten
- Systemdateien reparieren
- Was ist Formatieren?
- Dateien vom einem auf einen anderen PC übertragen

Voraussetzungen: Grundkurs „Erste Schritte am PC“ (oder Vergleichbares) mit Windows.

Rainer Anhalt
dienstags und mittwochs, 17.3.15 - 25.3.15, 14:00 - 17:00 Uhr, 4x
Volkshochschule, 77,50 €, inkl. USB-Stick

M **50103**
Erste Schritte am Computer (mit Muße) Internet-Nutzung und Internet-Sicherheit
Dieser Kurs behandelt das Internet und Sicherheitsthemen: Browser, Recherche im Internet mit Suchmaschinen, Downloads, E-Mails, Sicherheit im Online-Banking, vertrauenswürdige Seiten. Wie sichert man Heimnetzwerke (WLAN, LAN) gegen unbefugten Zugriff ab? Was ist in offenen Netzwerken zu beachten? Was kann und sollte man verschlüsseln? Welcher Virenschutz ist ausreichend, welcher geboten? Wie kann man den Internetzugriff Minderjähriger kontrollieren?

Rainer Anhalt
montags und mittwochs, 1.6.15 - 10.6.15, 14:00 - 17:00 Uhr, 4x
Volkshochschule, 77,50 €, inkl. USB-Stick

Bitte beachten Sie:
Eine Anmeldebestätigung
erfolgt nicht! Fragen Sie im Zweifelsfalle bei uns nach!

M **50104**
Erste Schritte am Computer (mit Muße) Windows Live-Essentials
kostenlose Programme für Foto, Video, Mail und Textverarbeitung

Dieser Kurs behandelt die Programme: LiveMail, MovieMaker, Fotogalerie
Mit ihnen kann der Nutzer umfangreiche Aufgaben erledigen die sonst nur mit kostenpflichtigen Programmen möglich sind. Anhand vieler Beispiele erfahren die Kursteilnehmer wie sie die Programme sinnvoll einsetzen können, z.B. für Import, Katalogisierung und Nachbearbeitung von Digitalbildern; Erstellen von Diashows oder schneiden von Filmen zur Vorführung am PC oder heimischem Fernseher; Einrichten und Umgang mit dem Email Programm LiveMail. Die Teilnehmer sollten sicher im Umgang mit Maus, Tastatur und Windows sein. Ggf. kann am eigenen Laptop gearbeitet werden. Bitte stellen sie dann sicher, dass die Programmmodule installiert sind.

Rainer Anhalt
montags, ab 15.6.15, 14:00 - 17:00 Uhr, 2x
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick

M **50105**
Computer mit Muße - Grundlagen
In diesem Kurs bekommen Sie Sicherheit in der Arbeit mit dem PC auf der Basis des neuen Windows 8.1. Sie lernen den Unterschied zwischen Hard- und Software kennen, können die beiden möglichen Benutzeroberflächen (Startmenü - Kacheloptik / Desktop) Ihres PCs einrichten und können mit der Fenstertechnik von Windows umgehen. Das sichere Ablegen und Wiederfinden von Daten gehört ebenso dazu, wie erste Schritte mit der Textverarbeitung Word zu machen. Auch bekommen Sie eine Vorstellung vom Internet, lernen mit einem Browser umzugehen und sicher im Netz zu surfen.

Peter Hanke
Dienstag - Freitag, 3.2.15 – 6.2.15, 09:00 - 12:15 Uhr
Volkshochschule, 77,50 €, inkl. USB-Stick

M **50106**
Computer mit Muße – Arbeiten mit Word 2010
Sie lernen den Eröffnungsbildschirm von Word und seine einzelnen Elemente kennen und sie nach Ihren Wünschen einstellen. Außerdem werden die neuen Menübänder im Einzelnen vorgestellt, die Ihnen eine vielfältige Gestaltung Ihres Word-Dokuments ermöglichen.
Dazu gehören: das Erstellen von Briefen, Einladungen, Tabellen und Collagen. Sie fügen Fotos und Grafiken ein und bearbeiten diese kreativ innerhalb des Programms. Außerdem gehört das Abspeichern in verschieden Dateiformaten mit dem Explorer von Word sowie die Einstellung des Speicherortes auf Ihrem Computer dazu.

Peter Hanke
Dienstag - Freitag, 5.5.15 – 8.5.15, 09:00 - 12:15 Uhr, auch am 1.4. (Ferien)!
Volkshochschule, 60,70 €, inkl. USB-Stick

M **50107**
Computer mit Muße – Powerpoint 2010 Präsentationen erstellen
Was früher die Diashow war, ist heute eine Präsentation mit PowerPoint.
Sie lernen zunächst die Programmoberfläche mit Ihren Menüs näher kennen und damit umzugehen. Gleichzeitig probieren Sie anhand vieler praktischer Beispiele die verschieden Techniken der Gestaltung einer Präsentation aus:
- Grafiken, Formen, Cliparts, Fotos und Textfelder in eine Folie einfügen und animieren
- eine ansprechende Präsentation aus den letzten Urlaubsfotos erstellen
- Präsentation mit Musik untermalen
- einen genauen zeitlichen Ablauf für die Präsentation festlegen

Voraussetzung: Grundkenntnisse in Windows 7 und der Umgang mit einer Textverarbeitung

Peter Hanke
Montag - Donnerstag, 15.6.15 – 18.6.15, 09:00 - 12:15 Uhr
Volkshochschule, 77,50 €, inkl. USB-Stick

M **50108**
Computer mit Muße – Internet und Emails
Zunächst wird eine Vorstellung vermittelt, was das Internet überhaupt ist und wie es funktioniert. Als zweites werden die verschiedenen Kommunikationsmöglichkeiten im Internet näher betrachtet: Surfen zum Einkaufen, als Recherche oder zum Onlinebuchen von Reisen oder Konzerten, Emails schreiben und lesen, senden und empfangen mit und ohne Anhängen. Auch das Einfügen von Internetinhalten in WORD, um Infos in verschiedenen Dateiformaten zu erstellen, gehört dazu.
Ebenso die Vorstellung der Suchmaschine Google und ihre Möglichkeiten sowie die genauere Betrachtung der beiden Internetbrowser Internet Explorer und Firefox wird



Ihnen vermittelt. Ein wichtiger Punkt werden auch die vielfältigen Gefahren sein, die im Internet lauern, und wie man sich am besten dagegen schützt.

Peter Hanke
Montag - Donnerstag, 13.4.15 – 16.4.15, 09:00 - 12:15 Uhr
Volkshochschule, 77,50 €, inkl. USB-Stick

 **50109**

Tablet Computer (Android) für Einsteiger/-innen (Basiskurs 1)

Für Internet, E-Mail, Digitalfotos, digitale Musikverwaltung, Terminplanung und vieles mehr braucht man nicht unbedingt einen normalen PC / ein normales Notebook. Der Einsatz eines Tablet-PCs ist oft handlicher und praktischer. Um sich mit Ihrem neuen Gerät vertraut zu machen, führt dieser Basiskurs sie langsam in die Art der Bedienung und die verschiedenen Funktonen und Programme (= Apps) des Betriebssystems Android ein, sodass Zeit zum Üben und Nachfragen bleibt. Sie lernen auch die wichtigen Apps kennen und sie zu installieren, die man unbedingt auf seinem Tablet haben sollte.
Bitte mitbringen: eigenes Tablet (Android) und USB-Anschlusskabel

Peter Hanke
Montag - Mittwoch, 16.3.15 - 18.3.15, 09:00 - 12:15 Uhr, 3x
Volkshochschule, 51,40 €

 **50111**

Tablet Computer (Android) für Einsteiger/-innen (Basiskurs 2)

Dieser Kurs baut auf dem Basiskurs 1 auf. Sie werden noch genauer das Betriebssystem Android kennen- und einzustellen lernen. Darüber hinaus werden Ihnen Apps wie der Play-Store, E-Mail-App, Browser-App, Office-App, Foto-App, Dateimanager-App sowie Kamera- und Video-App vorgestellt und der Gebrauch im Einzelnen erläutert und geübt.
Bitte mitbringen: eigenes Tablet (Android) und USB-Anschlusskabel

Peter Hanke
Dienstag - Donnerstag, 21.4.15 - 23.4.15, 09:00 - 12:15 Uhr, 3x
Volkshochschule, 51,40 €

NEU **50112**

Tablet Computer (iPad) für Einsteiger/-innen

Für Internet, E-Mail, Digitalfotos, digitale Musikverwaltung, Terminplanung und vieles andere braucht mein keinen Computer. Tablet PCs sind oft handlicher und praktischer. Um sich mit Ihrem neuen Gerät vertraut zu machen, führt dieser Kurs langsam in die Bedienung ein und ermöglicht Ihnen, in der Gruppe alle Fragen für den Einstieg zu klären. Der Kurs arbeitet mit dem Apple iPad.
Bitte mitbringen: eigenes Tablet (Apple) und Verbindungskabel

Rainer Anhalt
Dienstag - Donnerstag, 14.4.15 - 16.4.15, 09:00 - 12:15 Uhr, 3x
Der Kurs findet in den Osterferien statt!
Volkshochschule, 51,40 €

NEU **50113**

Einführung: Umgang mit dem Smartphone

Smartphone-Einsteiger lernen die Grundfunktionen ihres Android-Smartphones (z.B. Samsung, LG, HTC, Sony) kennen: einfacher telefonieren; Tastaturfunktionen; SMS schreiben; Vor- und Nachteile von SMS, MMS und E-Mail; Kontakte und Termine verwalten; wichtige Grundeinstellungen kennen und ändern; WLAN-Einstellungen kennen und ändern.
Am zweiten und dritten Kurstag geht es um die Themen: Fotos aufnehmen, verwalten und an andere Smartphones versenden; Apps installieren und deinstallieren, einrichten und verwalten; Sicherheitseinstellungen kennen und ändern. Ein Smartphone-Vertrag mit Internet-Nutzung (Dateninklusivvolumen) und ein eingerichtetes Google-Konto sind Voraussetzungen für die meisten der im Seminar behandelten Funktionen.
Bitte mitbringen: eigenes Smartphone (Android) und Anschlusskabel

Peter Hanke
Montag - Mittwoch, 18.5.15 - 20.5.15, 09:00 - 12:15 Uhr, 3x
Volkshochschule, 39,40 €

NEU **50114**

Ich und mein iPhone

Ganz gleich ob 4, 5 oder 6, jedes iPhone ist Ihr Lieblings-iPhone und Sie haben eine ganz besondere Beziehung zu ihm, denn es lässt sich genau so einrichten, wie Sie es mögen.
Nach dem neuesten Update auf iOS 8 gibt es interessante und spannende Möglichkeiten zu entdecken. So können Sie mit iCloud Drive alle Daten auf allen Ihren Apple-Geräten gleichzeitig nutzen. Synchronisieren Sie Kalenderdaten und Kontakte mit anderen Geräten.
In weiteren Themen sehen Sie:

- wie Sie Ihr iPhone mit der Einstellungen-App noch persönlicher machen,
- welche neuen Möglichkeiten jetzt in der iSight-Camera stecken,
- wie Sie mit dem iPhone schreiben, rechnen und präsentieren,
- wie Sie mit iTunes Daten zwischen Rechner und iPhone austauschen und Mails mit Anhängen versenden und empfangen.

Bitte mitbringen: eigenes iPhone und Verbindungskabel

Hubert Wahle
montags, ab 4.5.15, 18:00 - 21:15 Uhr, 2x
Volkshochschule, 51,40 €

50115

iPad: Mehr als nur e-Paper und Internet

Hier sehen Sie, was das kleine Multitalent darüber hinaus zu bieten hat. Dazu gehören Kalender: Geburtstage und Feiertage hinzufügen, Kontakte verwalten, Mails mit Anhängen versenden, Dateiaustausch mit dem Laptop, Installation von Apps, sinnvolle Einstellungen und Grundlagen, Apple-ID, Wischtechniken, Fotos, Musik, iCloud, Videotelefonie. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte mitbringen: eigenes iPad und Verbindungskabel

Hubert Wahle
dienstags, ab 21.4.15, 18:00 - 21:15 Uhr, 2x
Volkshochschule, 34,60 €



50116
iPad – Folgekurs
Fotos, Musik und Videos verwalten, Filme kaufen und ausleihen, Karten und Routenplanung, iTunes, App Store (z. B. bessere Fotos machen mit der Kamera-App), Podcasts: Sendungen finden, zeitverzögert ansehen, abonnieren, herunterladen und jederzeit zur Verfügung haben, TuneIn: Das iPad oder iPhone wird zum Digitalradio ... und natürlich wieder Tipps & Tricks
Bitte mitbringen: eigenes iPad und Verbindungskabel

Hubert Wahle
dienstags, ab 5.5.15, 18:00 - 21:15 Uhr, 2x
Volkshochschule, 34,60 €


50118
Fotos verwalten und bearbeiten mit dem iPad
Nach diesem Kurs werden Sie Ihr iPad als „Fotokamera" richtig schätzen. Sie werden sehen, wie Sie Ihre Bilder mit „Fotos" übersichtlich und immer griffbereit verwalten. Darüber hinaus hören Sie interessante Tipps mit denen Sie Ihre Bilder auf Hochglanz bringen, sodass Sie schließlich tolle Diashows erstellen werden. Damit Ihr iPad auf dem neuesten Stand ist, können Sie es bereits vorab auf iOS 8 aktualisieren.
Voraussetzungen: Sie sollten bereits erste Erfahrungen mit Ihrem iPad haben.
Bitte mitbringen: eigenes iPad und Verbindungskabel

Hubert Wahle
donnerstags, ab 19.2.15, 18:00 - 21:15 Uhr, 2x, Volkshochschule, 34,60 €


50119
Das iPad im Beruf
Sie haben sich ein iPad für den Einsatz im Berufsalltag angeschafft oder planen es gerade? In diesem Kurs sehen Sie, wie Sie das iPad für Ihre Bedürfnisse konfigurieren und mit welchen Apps Sie Dateien, Termine und Kontakte mit iCloud synchronisieren. Erfahren Sie, wie Sie Ihre Besprechungen und Ideen mit Pages, Keynote und Numbers geschickt dokumentieren und professionell präsentieren.
Bitte mitbringen: eigenes iPad und Verbindungskabel

Hubert Wahle
dienstags, ab 2.6.15, 18:00 - 21:15 Uhr, 2x
Volkshochschule, 34,60 €

Computertreff mit Muße
Dieser Treffpunkt dient zum freien, entspannten Arbeiten mit dem Computer. Gemeinsam üben, wiederholen, Neues dazulernen, Erfahrungen austauschen, Fragen stellen und lösen. Insofern bestimmen Sie auch die Auswahl der gewünschten Themen mit. Es ist also kein Probleme, neu in die Gruppe einzusteigen. Angesprochen werden also alle Bereiche, die bei dem Umgang mit dem PC auftauchen, von Anwendungsprogrammen wie Word bis hin zur sicheren Internetnutzung.

M **50125G**
Peter Hanke
montags, 16.2.15, 2.3.15, 30.3.15, 20.4.15, 27.4.15, 11.5.15 und 1.6.15,
08:30 - 11:45 Uhr, Volkshochschule, 92,00 €
Ermäßigung möglich

M **50126G**
Peter Hanke
donnerstags, 26.2.15, 12.3.15, 26.3.15, 30.4.15, 7.5.15, 21.5.15 und 4.6.15,
08:30 - 11:45 Uhr, Volkshochschule, 92,00 €
Ermäßigung möglich

50130
Umsteigen auf Windows 8
Windows 8 heißt das neue Betriebssystem, das mit allen neuen Rechnern ausgeliefert wird. Wenn Sie schon vorher mit anderen Betriebssystemen gearbeitet haben, sich aber auf Ihrem neuen Rechner mit Windows noch nicht ganz zu Hause fühlen oder wenn Sie überlegen, auf Ihrem Rechner Windows zu installieren, dann erfahren Sie in diesem Kurs die nötigen Grundlagen und Informationen.

Dirk Meißner
donnerstags, ab 12.2.15,
17:30 - 20:30 Uhr, 2x
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick

50135
Der PC im laufenden Betrieb – Wartung, Pflege, Erweiterung
Dieser Kurs befasst sich mit dem Innenleben des PC. Sie lernen hier die Bootreihenfolge im BIOS zu verändern, eine bootfähige CD zu erstellen, Virencheck mit der Boot-CD durchzuführen und Ihren USB-Stick zu verschlüsseln. Darüber hinaus werden Sie sich mit der Installation von Tools aus dem Internet und den Möglichkeiten der Datensicherung und Systemsteuerung befassen.
Die Fragen der Teilnehmenden gestalten den zweiten Abend.

Dirk Meißner
freitags, ab 13.2.15, 17:30 - 20:45 Uhr, 2x
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick

NEU **50140**
PC-Sicherheit – Verschlüsselung, Abschottung, Virenschutz
Dieser Kurs behandelt Sicherheitsthemen am PC: Sicheres Heimnetzwerk (WLAN, LAN) Surfen in offenen Netzwerken, Verschlüsselung von Archiven und Datenverkehr, Virenschutz, Kontrolle des Internetzugriff von Minderjährigen etc.

Dirk Meißner
montags, ab 11.5.15, 18:00 - 21:15 Uhr, 2x
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick

50201
Word und Excel 2010 - Modul 1
Inhalt:
WORD 2010: Texte schreiben, konfigurieren, speichern, drucken, Zeichen- und Absatzformatierungen, Autotexte, Grafiken und Objekte einfügen.
EXCEL 2010: Erstellen und Bearbeiten von Tabellen, Zellen- und Zahlenformatierung, Kopf- und Fußzeilen, Anwenden von einfachen Formeln.
Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse

Dirk Meißner
freitags, ab 13.3.15, 17:30 - 20:00 Uhr, 4x
Volkshochschule, 60,70 €, inkl. USB-Stick

50202
Word und Excel 2010 – Modul 2
WORD 2010: Tabellen, Kopf- und Fußzeilen, Verwendung und Erstellung von Format- und Dokumentvorlagen, Grafiken und Objekte einfügen, Rechtschreibprüfung, relative und absolute Bezüge, bedingte Formatierungen.
EXCEL 2010: häufig benötigte Funktionen, Anwendung von einfachen Formeln und Diagrammen.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in Word und Excel

Dirk Meißner
freitags, ab 29.5.15, 17:30 - 20:00 Uhr, 4x
Volkshochschule, 60,70 €, inkl. USB-Stick

Abmeldungen
Bitte denken Sie daran, sich rechtzeitig in der Geschäftsstelle – nicht bei der Kursleitung – abzumelden,
wenn Sie nicht mehr teilnehmen können.



50203

Word und Excel 2010 - Modul 3

Word 2010: Aufzählungen und Nummerierungen, Eingabe-Formular erstellen, Verknüpfung von Word und Excel.
Excel 2010: VERWEIS-Funktion; Schützen einer Tabelle; Verknüpfung von Tabellenblättern; WENN-Funktion.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in Word und Excel

Dirk Meißner
freitags, ab 26.6.15, 17:30 - 20:00 Uhr, 3x
Volkshochschule, 48,10 €, inkl. USB-Stick



BE50204BUJ

Fit fürs Büro mit Word 2010 und Excel 2010

Zielgruppe: Dieser Bildungsurlaub wendet sich an Interessent/-innen, die für private oder berufliche Zwecke den Umgang mit einem professionellen Textverarbeitungs- bzw. Tabellenkalkulationsprogramm erlernen möchten.
Inhalt:
Dieser Bildungsurlaub vermittelt in kompakter Form Grundkenntnisse in Word und in Excel und richtet sich an Word-Anwender/-innen, die ihre Kenntnisse auffrischen und systematisieren möchten. Anhand von praxisorientierten Beispielen werden die wichtigsten Funktionen erläutert:
- Textgestaltung
- Aufbau und Anwendung von Tabellen
- Datenaustausch zwischen beiden Anwenderprogrammen Word und Excel

Abschluss: ausführliche Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Windows-Kenntnisse

Ingrid Otto-Kaiser
Montag - Freitag, 19.1.15 – 23.1.15,
08:30 - 15:30 Uhr
Volkshochschule, 269,00 €, inkl. USB-Stick, Mittagessen und Pausenverpflegung

Maßgeschneidert

Interessieren Sie sich für individuelle Weiterbildung für Ihr Unternehmen oder einen speziellen Kurs für eine Kleingruppe? Dr. Björn Otte berät Sie gerne und macht Ihnen ein Angebot.
Telefon 0 43 21/7 07 69 50
b.otte@vhs-neumuenster.de

BU 50205BU

Fit fürs Büro mit Word 2010 und Excel 2010

Zielgruppe: Dieser Bildungsurlaub wendet sich an Interessent/-innen, die für private oder berufliche Zwecke den Umgang mit einem professionellen Textverarbeitungs- bzw. Tabellenkalkulationsprogramm erlernen möchten.
Inhalt: Dieser Bildungsurlaub vermittelt in kompakter Form Grundkenntnisse in Word und in Excel und richtet sich an Word-Anwender/-innen, die ihre Kenntnisse auffrischen und systematisieren möchten. Anhand von praxisorientierten Beispielen werden die wichtigsten Funktionen erläutert:
- Textgestaltung
- Aufbau und Anwendung von Tabellen
- Datenaustausch zwischen beiden Anwenderprogrammen Word und Excel

Pausenverpflegung ist inklusive.
Abschluss: ausführliche Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Windows-Kenntnisse

Renate Butler
Montag - Freitag, 22.6.15 - 26.6.15,
08:30 - 15:30 Uhr
Volkshochschule, 270,30 €, inkl. USB-Stick, Mittagessen und Pausenverpflegung

50211

Word 2010: systematisch und nervenschonend

Sie arbeiten schon mit Word, aber investieren nach eigenem Gefühl zu viel Zeit und Nerven in die Erstellung einfacher Briefe. Ziel ist es, durch die Kenntnis einiger Grundsystematiken schnell ansprechend aussehende Briefe zu schreiben. So können Sie sich in Zukunft wieder auf die Inhalte Ihrer Texte konzentrieren, anstatt mit widerspenstigen Gestaltungen zu kämpfen.
Inhalte:
- Orientierung auf der Programmoberfläche von Word 2010
- Schnellstartleiste anpassen
- automatischen Einstellungen des Programms (Großschreibung am Zeilenbeginn, blau unterstrichene E-Mail-Adressen etc.)
- Warum verschieben sich Absätze und was kann man dagegen tun?
- der Einsatz von Tabulatoren
- das Datum mit einem Klick an den rechten Seitenrand verschieben
- Nummerierungen und Aufzählungen nach Wunsch einsetzen und gestalten
- Bilder einfügen und sicher positionieren.

Pausenverpflegung ist inklusive!
Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: grundlegende Computerkenntnisse im Umgang mit Maus und Tastatur, erste Erfahrungen im Schreiben von Texten mit Word, Writer o.Ä.

Renate Butler
Samstag - Sonntag, 21.3.15 - 22.3.15,
09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 109,50 €, inkl. USB-Stick, Mittagessen und Pausenverpflegung

50212

Workshop Word 2010 Spezial – Formulare

Das Programm Word bietet mehr als nur Textverarbeitung. Durch das Erstellen von Formularen erleichtern Sie sich die tägliche Arbeit erheblich. Für Vordrucke wie z. B. Bescheinigungen und Kurzmitteilungen bieten sich Formulare geradezu an. Sie erlernen:
- das Einfügen von Formularfeldern und Dropdown-Feldern,
- wie Formulare geschützt, ausgefüllt und gedruckt werden.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: gute Windows- und Wordkenntnisse

Renate Butler
Dienstag, 28.4.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 27,10 €, inkl. USB-Stick

50213

Workshop Word 2010 Spezial – Seriendruck

Sie müssen einen Brief mit demselben Inhalt an viele Empfänger//-innen schicken oder Etiketten für einen Massenversand vorbereiten. Sie müssen Teilnahmebescheinigungen oder Zeugnisse erstellen. Dann brauchen Sie die Seriendruckfunktionen von Word. Hier lernen Sie:
- mit welchen Programmen Sie Ihre Adressdatei pflegen können,
- wie Sie einen Seriendruck für Briefe oder Etiketten einrichten.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Gute Windows- und Wordkenntnisse

Renate Butler
Dienstag, 5.5.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 27,10 €, inkl. USB-Stick

50214
Workshop Word 2010 Spezial „Große Dokumente“
Inhalt:
- Formatvorlagen erstellen und anwenden: Überschriften, Inhaltsverzeichnis automatisiert erstellen, Dokumentstruktur, Gliederungsansicht, Fußnoten erstellen, Querverweise auf Textinhalte und Formatvorlagen
- Verzeichnisse vertieft: Inhaltsverzeichnis, Abbildungsverzeichnis, Verzeichnisse aus eigenen Formatvorlagen, Index/Schlagwortregister, wechselnde Kopf- und Fußzeilen, Randbemerkungen
- Praxisbeispiel: komplexe Publikationen wie Geschäftsberichte oder Projektarbeiten

Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: gute Windows- und Wordkenntnisse

Renate Butler
Dienstag, 26.5.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 27,10 €, inkl. USB-Stick

50220
Einstieg in Excel – Stressfreier Kompaktkurs am Sonntag
Inhalt:
- Funktionsweise und Einsatzmöglichkeiten von Tabellenkalkulation
- Tabellen entwerfen, gestalten und ausdrucken, Funktionen anwenden, vorgefertigte Formeln, mit denen Sie schnell viele Standardrechnungen durchführen können: Summe, Mittelwert, Dreisatz, Prozentrechnung usw.
- Aufbau und Einsatzgebiete der „Wenn-Dann-Sonst“-Funktion
- Diagramme erstellen.

Voraussetzung: Grundkenntnisse in der PC-Bedienung

Ingrid Otto-Kaiser
Sonntag, 29.3.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick

Anmeldung
Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Gebühr – auch wenn Sie ohne Abmeldung nicht an der Veranstaltung teilnehmen.

50222
Workshop Excel 2010 Spezial - Weiterführende Techniken Teil 1
Zielgruppe: Der Kurs ist auch für Teilnehmer geeignet, die noch mit älteren Versionen von Excel arbeiten und für solche, die von älteren Versionen auf Excel 2010 umsteigen wollen.
Inhalt: Excel ist für Sie kein Buch mit sieben Siegeln mehr. Sie möchten nun Ihren Wissensstand weiter ausbauen, um Lösungen für betriebliche und private Aufgabenstellungen zu erhalten. Hierzu müssen fast immer Berechnungen unter Berücksichtigung spezifischer Bedingungen durchgeführt werden. Aus dem umfangreichen Excel-Programm werden Ihnen ausgewählte Funktionen vorgestellt und durch praxisnahe Übungen angewendet.
- S-Verweis und W-Verweis bei Berechnungen
- Darstellung der verschiedenen Nutzungsmöglichkeiten der WENN-Funktion
- Aufbau und Einsatzgebiete von weiteren nützlichen Funktionen wie z.B.: „Summewenn“ und „Zählenwenn“.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Kenntnisse in Windows und Excel

Renate Butler
Montag, 13.4.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Kurs findet in den Ferien statt!
Volkshochschule, 27,10 €, inkl. USB-Stick

50223
Workshop Excel 2010 Spezial - Weiterführende Techniken Teil 2
Inhalt:
- Tabellen verknüpfen
- Formeln mit externen Bezügen erstellen, externe Bezüge löschen und Werte einfrieren
- verknüpfte Tabellen speichern, laden, aktualisieren
- Verknüpfungen für umbenannte Tabellen ändern
- mit Namen rechnen

Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Kenntnisse in Windows und Excel

Renate Butler
Montag, 4.5.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 27,10 €, inkl. USB-Stick

50224
Workshop Excel 2010 Spezial Pivot-Tabellen
Inhalt: Pivot-Tabellen und die damit verbundenen Pivot-Charts zählen zu den zentralen Analysemöglichkeiten von Excel. In der Mathematik sind sie auch als Kreuztabellen bekannt. Daten mit identischen Einträgen können zusammengefasst, ausgewertet und verglichen werden. In diesem Kurs befassen Sie sich mit folgenden Themen:
- Pivot-Grundlagen, Berechnungsfunktionen, Anzeigevarianten, Daten in Pivots konsolidieren
- Seiten-, Zeilen-, Spalten- und Datenfelder, Pivot-Bereich markieren, ein- und ausblenden von Gliederungen, Eigenschaften und Formatierung von Pivots
- Pivot-Charts und deren Anpassung

Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Kenntnisse in Windows und Excel

Renate Butler
Montag, 1.6.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 27,10 €, inkl. USB-Stick

50229
Haushaltsbuch mit Excel Finanzkrise ade...
In diesem Kurs lernen Sie die praktischen Einsatzmöglichkeiten von Tabellenkalkulation im Alltag kennen: Ganz praktisch wird ein Haushaltsbuch aufgebaut und dabei alle wichtigen Funktionen erklärt.
Voraussetzung: Grundkenntnisse in der PC-Bedienung.

Ingrid Otto-Kaiser
Dienstag, 12.5.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 27,10 €, inkl. USB-Stick

50230
Einstieg in Outlook Stressfreier Kompaktkurs am Sonntag
Inhalte:
- Outlook-Anwendungsfenster, Menübedienung
- Nachrichtenaustausch mit E-Mail: An, CC, BCC richtig einsetzen
- Kontakteinträge: Kontakte anlegen, verändern und speichern
- Termine im Kalender eintragen und verwalten, Terminserien festlegen, Erinnerungsfunktion
- Aufgabenlisten und Notizen erstellen
- Beziehungen zwischen Terminen und Aufgaben

Voraussetzung: Grundkenntnisse in der PC-Bedienung



Ingrid Otto-Kaiser
Sonntag, 26.4.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick

50232
Access 2010 - Grundlagen
Lernziel: Sie lernen, den Aufbau des Programms zu verstehen, und Grundlagen der Bedienung zur Umsetzung eigener Nutzungsansätze.
Inhalt:
- Grundlagen der Datenbanktechnik
- Datenbanken entwerfen und einrichten
- Tabellen erstellen und Daten erfassen
- Suchen, sortieren und filtern von Daten

Voraussetzungen: Kenntnisse in Office, insbes. Excel

Renate Butler
dienstags, 24.3.15 - 31.3.15,
18:00 - 21:15 Uhr, Volkshochschule, 43,90 €

50240
PowerPoint 2010 kompakt
Inhalt: Vermittlung von Kenntnissen der Arbeit mit einem Präsentationsprogramm.
- Einführung in Präsentationstechniken
- Erstellen von Bildschirmpräsentationen und Folien, Grafiken, Animationen und ClipArts in Präsentationen
- Gestaltung von Texten, Bildern und mehr
- zeitliche Steuerung einer Präsentation festlegen
- wirkungsvoller Farbeinsatz

Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Kenntnisse in Windows und Textverarbeitung

Renate Butler
Samstag, 4.7.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 62,10 €, inkl. USB-Stick, Mittagessen und Pausenverpflegung

Maßgeschneidert
Interessieren Sie sich für
individuelle Weiterbildung für Ihr
Unternehmen oder einen
speziellen Kurs für eine Kleingruppe?
Dr. Björn Otte berät Sie gerne
und macht Ihnen ein Angebot.
Telefon 0 43 21/7 07 69 50
b.otte@vhs-neumuenster.de

50242
PowerPoint – wirkungsvoll präsentieren
PowerPoint bietet Hunderte von Möglichkeiten, ein Thema gekonnt und abwechslungsreich darzustellen. Die Vielzahl der Werkzeuge verleitet aber häufig dazu, möglichst viel davon zu verwenden. In diesem Kurs geht es darum, sich zu begrenzen und gekonnt die wesentlichen, themenbezogenen Informationen mit PowerPoint zu präsentieren. Es werden die grundlegenden Funktionen vermittelt: Folienlayout, Foliendesign und die zahlreichen Möglichkeiten der Animation etc. Sie lernen Objekte in Bildschirmpräsentationen einzubinden und zu animieren, sowie Hyperlink-, zeit- und individuell gesteuerte Präsentationen zu erstellen. Viele praktische Übungen und die Ergebnispräsentationen führen in die Technik des Referierens ein.

Ingrid Otto-Kaiser
Sonntag, 28.6.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick

BU **BE50250BUJ**
Arbeiten mit Office 2010 für Umsteiger und Autodidakten
Zielgruppe: Für Teilnehmende, die in der Vergangenheit einen Office-Kurs besucht, aber viele Funktionen lange nicht benutzt haben bzw. die inzwischen über eine aktuellere MS-Office Version verfügen.
Inhalt: In diesem Seminar lernen Sie den effektiven Umgang mit Word, Excel, Outlook und PowerPoint2010 unter Windows 7 kennen. Anhand konkreter Beispiele aus dem Alltag trainieren Sie unter erfahrener Anleitung den Umgang mit Office 2010. Sie erlernen:
- die Organisation und das Dateimanagement mit Windows 7
- Korrespondenz mit Word: Dokument- und Formatvorlagen, Serienbriefe, Automation mit Feldern und Autotexten, Word für E-Mails und Serienmails zu verwenden
- effiziente Datenerfassung und -auswertung mit Excel
- Datenanalyse mit Funktionen
- Ergebnisse aus Excel in Word zu übertragen
- Präsentation mit PowerPoint
- die E-Mail-Organisation und -Archivierung sowie Aufgaben- und Kontaktmanagement mit Outlook uvm.

Abschluss: ausführliche Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Erfahrungen im Umgang mit einer Vorgängerversion von Office 2010

Ingrid Otto-Kaiser
Montag - Freitag, 26.1.15 – 30.1.15,
09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 269,00 €, inkl. USB-Stick, Mittagessen und Pausenverpflegung

BU **50255BU**
Arbeiten mit Office 2010 für Umsteiger und Autodidakten
Zielgruppe: Für Teilnehmende, die in der Vergangenheit einen Office-Kurs besucht, aber viele Funktionen lange nicht benutzt haben bzw. die inzwischen über eine aktuellere MS-Office Version verfügen.
Inhalt: In diesem Seminar lernen Sie den effektiven Umgang mit Word, Excel, Outlook und PowerPoint2010 unter Windows 7 kennen. Anhand konkreter Beispiele aus dem Alltag trainieren Sie unter erfahrener Anleitung den Umgang mit Office 2010. Sie erlernen:
- die Organisation und das Dateimanagement mit Windows 7
- Korrespondenz mit Word: Dokument- und Formatvorlagen, Serienbriefe, Automation mit Feldern und Autotexten, Word für E-Mails und Serienmails zu verwenden
- effiziente Datenerfassung und -auswertung mit Excel
- Datenanalyse mit Funktionen
- Ergebnisse aus Excel in Word zu übertragen
- Präsentation mit PowerPoint
- die E-Mail-Organisation und -Archivierung sowie Aufgaben- und Kontaktmanagement mit Outlook uvm.

Abschluss: ausführliche Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Erfahrungen im Umgang mit einer Vorgängerversion von Office 2010

Renate Butler
Montag - Freitag, 29.6.15 - 3.7.15,
09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 286,00 €, inkl. USB-Stick, Mittagessen und Pausenverpflegung

50260
Einführung in Adobe Acrobat
PDF-Dateien sind beliebt, da sie universell einsetzbar sind und leicht weitergegeben werden können. Doch wie werden PDF-Dateien erzeugt und welche Bearbeitungsmöglichkeiten gibt es? Acrobat stellt genau dafür umfangreiche Werkzeuge zur Verfügung. (Der Kurs arbeitet mit Adobe Acrobat 9.)
Inhalt:
- Unterschiede zwischen Adobe Reader und Adobe Acrobat, Besonderheiten von PDF
- PDF-Dateien erstellen, bearbeiten, zusammenführen, neu zusammenstellen, optimieren
- Entnehmen von Texten und Bildern, Text und Grafiken bearbeiten
- Hinzufügen von Lesezeichen, Kommentaren, Anlagen, Hyperlinks
- PDF-Dokumente schützen
- Suche in PDF-Dateien
- Zusammenspiel von Acrobat und Microsoft Office

Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: sicherer Umgang mit Dateien und Ordnern; Erfahrungen mit Microsoft Office

Renate Butler
Montag, 16.3.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 27,10 €, inkl. USB-Stick

50261
Erstellen von PDF-Formularen mit Adobe Acrobat
Mit Adobe Acrobat lassen sich interaktive PDF-Formulare erstellen, die online ausgefüllt, per E-Mail verschickt und sogar digital unterzeichnet werden können. (Der Kurs arbeitet mit Adobe Acrobat 9.)
Inhalt:
- Allgemeines zu elektronischen Formularen
- PDF-Formulare erstellen: Formularwerkzeuge, Formularfeldtypen, Formularfeldaktionen, Berechnungen in Formularfeldern
- Versenden der Formulare, Überblick über die Weiterleitung von Formulardaten.

Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Voraussetzung: Windows, Word-Kenntnisse sowie Kenntnisse entsprechend dem Kurs „Einführung in Adobe Acrobat“.

Renate Butler
Dienstag, 17.3.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 27,10 €, inkl. USB-Stick

50300
Digitalkamera: schöne Aufnahmen, optimale Endprodukte
Grundlagen der Digitalfotografie (Pixel, Auflösung, Bildgröße und Datenformate) sowie die Bedienung und Funktionen der Kamera (Belichtungs- und Entfernungsmessung, Belichtungsprogramme, Weißabgleich und Auslöseverzögerung).
In der praktischen Arbeit gehen wir auch auf allgemeine Themen der Fotografie (Blende und Zeit, Lichtstärke, Bildaufbau und -gestaltung) ein. Übertragen der Fotos in den PC. Mit einem Bildbearbeitungsprogramm bearbeiten und optimieren wir unsere Fotos.
Bitte mitbringen: Kamera, Gebrauchsanleitung, Überspielkabel, Speicherchip, Akkuladegerät

Ingrid Otto-Kaiser
Sonntag, 31.5.15, 10:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick


50301
Umgang mit der Digitalkamera
In diesem Kurs lernen Sie, Ihre Kamera sicher zu bedienen. Sie befassen sich mit Begriffen wie Blende, Belichtungszeit und ISO und können damit das Bestmögliche aus Ihrer Kamera herausholen. An zahlreichen praktischen Beispielen werden Sie die verschiedenen Programme an Ihrer Kamera ausprobieren und lernen, dass das Porträt-Programm nicht nur für Porträts benutzt werden kann. Auch kleine Kompaktkameras sind herzlich willkommen. Inhalt: Experimente, Langzeitbelichtungen, Nachtaufnahmen, Actionfotos, Mitzieher und Makros.
Bitte mitbringen: eigene Digitalkamera

Annett Rips
Montag - Donnerstag, 8.6.15 – 11.6.15,
09:00 - 12:30 Uhr
Volkshochschule, 68,20 €

NEU **50302**
Umgang mit der Digitalkamera als Wochenend-Intensivkurs

Annett Rips
Samstag - Sonntag, 30.5.15 – 31.5.15,
09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 68,20 €

Veranstaltungen
...bitte achten Sie auch auf unseren Veranstaltungskalender auf Seite 6

50304
Digitale Bildbearbeitung mit GIMP 2.8
GIMP ist eines der aufregendsten Open-Source-Programme für Bildbearbeitung, die es derzeit zum freien Download aus dem Internet gibt. Das als „Photoshop-Killer“ gelobte Programm ist ein wahrer Alleskönner. In diesem Workshop lernen Sie, an vielen Beispielen mit den Werkzeugen in der digitalen Dunkelkammer präzise zu arbeiten und Ihre Ideen in Bildergebnisse umzusetzen. Dabei lernen Sie in Schritt-für-Schritt-Übungen, wie Sie Ihre Bilder perfektionieren. Dadurch erlernen Sie die strukturierte Arbeitsweise, die Sie sofort und in Zukunft für Ihre Fotos anwenden können, um deren schlummernden Zauber zu entdecken.
Voraussetzung: Grundkenntnisse der PC Bedienung

Hubert Wahle
donnerstags, ab 23.4.15,
18:00 - 21:15 Uhr, 3x
Volkshochschule, 60,70 €, inkl. USB-Stick

50305
GIMP 2.8: Fortgeschrittene Techniken
Nach diesem Kurs wissen Sie den RAW-Konverter zu schätzen und wie Sie Ihre Fotos optimal entwickeln. Außerdem sehen Sie, wie fortgeschrittene Techniken der Belichtungskorrektur bei schwierigen Fotos leicht funktionieren, wie Sie mit Kanälen und Pfaden auch komplizierte Objekte freistellen und schöne Bildmontagen erzielen. Vorraussetzung: Gimp-Grundkenntnisse

Hubert Wahle
donnerstags, ab 2.7.15,
18:00 - 21:15 Uhr, 2x
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick

NEU **50306**
GIMP 2.8: Praxiskurs Ebenen und Filter
Ebenen ermöglichen es, dass wir digitale Fotos sehr selektiv bearbeiten können. Wir wenden in diesem Kurs Ebenen für die Belichtung, Farbe und Bildschärfe an. Die Bildbearbeitung mit Ebenen belohnt Sie mit zauberhaften Bildergebnissen. Wir verwenden am ersten Abend Übungsfotos, am zweiten Abend werden wir Beispiele von Ihren Fotos bearbeiten. Vorraussetzung: Gimp-Grundkenntnisse

Hubert Wahle
donnerstags, ab 21.5.15,
18:00 - 21:15 Uhr, 2x
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick



50307
Alte Bilder restaurieren mit GIMP
Früher waren sie einfach nur Schnappschüsse – heute sind es wahre Schätze. Wenn wir sie aus dem alten Kasten holen, sehen sie meist nicht mehr so aus wie einst. Oftmals haben sie Knicke, Farbstiche, Kratzer oder es fehlt schon eine Ecke. In diesem Workshop lernen Sie, die alten Schätzchen in neuem Glanz erstrahlen zu lassen. GIMP ist eines der umfangreichsten Open-Source-Programme für Bildbearbeitung, die es derzeit zum freien Download aus dem Internet gibt.
Inhalt:
- Wie Sie alte Fotos scannen
- Verfärbungen entfärben
- Kratzer extrahieren
- Flecken, Bildstreifen, Muster entfernen
- Tonwerte, Kontrast und Farbstiche bearbeiten
- Neue Schärfe

Voraussetzung: Grundkenntnisse der PC Bedienung

Hubert Wahle
donnerstags, ab 4.6.15,
18:00 - 21:15 Uhr, 2x
Volkshochschule, 43,90 €, inkl. USB-Stick

50308
Illustrieren mit Corel Draw
Ob Sie Illustrationen, einen Flyer, Visitenkarten oder einen Stadtplan am Computer umsetzen möchten, das Grafikprogramm Corel Draw hat die Werkzeuge dafür. Sie lernen in diesem Kurs an zahlreichen praktischen Beispielen, wie Sie Ihre kreativen Ideen mit den verschiedenen Möglichkeiten des Vektor-Programms umsetzen, z.B. wie Sie die evtl. bekannten Cliparts aus Office selbst erstellen können und diese in ein Layout einbinden.
Inhalt: Texte, Formen, Effekte, Farbverläufe, Muster, Schatten, Seitenlayout, Druckeinstellungen.
Als Kursteilnehmer haben Sie die Möglichkeit, das Programm sehr günstig zu erwerben!
Voraussetzungen: Allgemeine PC-oder MAC-Kenntnisse. Grafik- und Bildbearbeitungskenntnisse sind vorteilhaft.

Annett Rips
dienstags, ab 16.6.15, 18:30 - 21:30 Uhr, 5x
Volkshochschule, 94,30 €, inkl. USB-Stick

50322
Arbeiten mit dem Mac – Grundkurs
Ein Mac ist anders: Viele Möglichkeiten sind beim MAC schon eingebaut oder für wenig Geld zu haben. Hat man einmal erkannt, wie der Mac ‚gemeint' ist, macht es viel Spaß mit ihm zu arbeiten. Sie werden mit den Einstellungen und anderen Grundlagen vertraut: Kalender, Adressen verwalten, Mails, Programme installieren bzw. löschen, CDs brennen. Sie sehen, wie Sie leicht Ordnung in Ihre Fotosammlung bringen, Fotos verbessern mit iPhoto, Diaschauen und Fotobücher. Das ist alles sehr elegant auf dem Mac gelöst. Lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten von iTunes kennen und bringen Sie System in Ihre Musiksammlung.
Dieser Kurs eignet sich für Neueinsteiger bei Mac, sowie Menschen, die ihren Mac besser kennen lernen wollen.
Bitte mitbringen: eigenes Macbook oder iMac und Verbindungskabel

Hubert Wahle
mittwochs, ab 22.4.15,
18:00 - 21:15 Uhr, 3x
Volkshochschule, 68,20 €

50324
Arbeiten mit dem Mac – Aufbaukurs
Effektiv arbeiten mit dem iWork-Trio (Keynotes, Pages, Numbers).
- Professionelle Präsentationen erstellen mit Keynote. Entdecken Sie, wie leicht Sie Fotos und Videos in Ihre Präsentation einbinden.
- Sie lernen leicht an Beispielen mit Tabellen in Numbers, Zahlen anschaulich darzustellen.
- Schreiben Sie schöne Briefe mit Pages und binden Sie Fotos mit ein – so entstehen individuelle Geburtstagsgrüße und vieles mehr.

Dieser Kurs eignet sich für Menschen, die ihren Mac besser kennen lernen wollen.
Voraussetzung: Mac Grundlagen-Kenntnisse
Bitte mitbringen: eigenes Macbook oder iMac und Verbindungskabel

Hubert Wahle
mittwochs, ab 3.6.15, 18:00 - 21:15 Uhr, 3x
Volkshochschule, 51,40 €

Übrigens
...nicht vergessen:
Mit einer rechtzeitigen Anmeldung sichern Sie sich Ihren Platz im gewünschten Kurs!

BE50311J
Arbeiten mit dem Mac – Fotobearbeitung und Musikverwaltung
Zielgruppe: Mac-Nutzer, die ihr Gerät besser kennen lernen möchten. Lernen Sie hier, wie Sie Ihren Mac optimal an Ihre Aufgaben anpassen und entdecken Sie dabei Vieles, was Ihnen das Leben noch leichter macht:
Inhalt:
Fotobearbeitung & -verwaltung mit iPhoto:
- Bilder sortieren, bearbeiten
- Fotosammlungen oder tolle Diashows und edle Fotobücher erstellen
- Import der Fotos von der Digitalkamera, der CD oder anderen Datenträgern in iPhoto
- Fotos per E-Mail versenden oder auf CD/DVD brennen
- Musikverwaltung mit iTunes:
- Musik verwalten und Musiksammlungen erstellen
- Musik auf CD brennen und im iPhone organisieren
- Filme ausleihen
- kostenlose Podcasts Ihrer Lieblingsthemen abonnieren.

Kleine Helfer aus dem Internet:
- komprimieren und entzippen
- Musikdateien und Filme umwandeln

Bitte mitbringen: eigenes Macbook oder iMac sowie iPhone und Verbindungskabel

Hubert Wahle
mittwochs, ab 4.2.15, 18:00 - 21:15 Uhr, 3x
Volkshochschule, 68,20 €

50350
Ahnenforschung im Internet
Das Internet bietet nicht nur unbegrenzte Möglichkeiten für die Gegenwart, sondern ermöglicht auch einen Blick in die Vergangenheit. Umfangreiche Datenmengen sind mittlerweile digitalisiert worden und stehen als Datenbanken zur Verfügung. Interessierte lernen Kriterien kennen, anhand derer sie sich auf die Suche nach Vorfahren begeben können. Inhalte dieses Kurses sind: Welche Informationen brauchen Sie für Ihre Ahnensuche, wie Sie einen Suchplan aufstellen und Ihre Ergebnisse sinnvoll organisieren, wie Sie die besten Quellen finden, wie Sie eine Ahnentafel erstellen. Andere Nutzungsmöglichkeit: Suchauftrag geben, z.B. für im II. Weltkrieg vermisste Personen oder Auswanderer (alte Passagierlisten).
Voraussetzung: Grundlegende PC- und Internetkenntnisse

Ingrid Otto-Kaiser
Dienstag, 2.6.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 17,80 €

BU **50400BUJ**

Professionelles Büromanagement

Das Büro ist ein abwechslungsreicher und verantwortungsvoller Arbeitsbereich: Sie brauchen gleichzeitig Tempo und Geduld, Stil und Struktur, technisches Know-how und Organisationstalent. Erfahren Sie das Wichtigste über die Grundlagen des professionellen Officemanagements:
Arbeitsplatz gestalten, Arbeitsabläufe und Ergonomie, für Informationsfluss sorgen - jedoch Interna zurückhalten, Handbücher nutzen, Wiedervorlage strukturieren, Kurzzeit-Ablage, richtiges Archivieren, Termin- und Reiseplanung, gute Umgangsformen mit internen und externen Kunden, Smalltalk nutzen, zeitsparend telefonieren, Prioritäten setzen, Protokolle führen, Meetings moderieren, Veranstaltungen organisieren, vorbereitende Buchhaltung, gesetzliche Aufbewahrungsfristen, Wertstufen von Schriftgut, DIN-Normen im Schriftverkehr.
Mit diesen PC-Tipps können Sie punkten: Hier lernen Sie, was viele nicht wissen. Erleichtern Sie sich Ihre Büroarbeit mit dem Wissen eines Büroprofis - 4x Tipps für Excel, Word, E-Mail und die Ordnung im PC.
Excel:
Tabellen bringen mehr Übersicht in Ihren Büroalltag und sind bei der täglichen Organisation sehr hilfreich. Wir erstellen diese Tabellen, zugeschnitten auf Ihre Bedürfnisse, und machen sie startklar für den Druck.
Word:
Dokumente mit Lineal und Tabulator, Trennstrich und Eingabetaste richtig gestalten. Einfache Serienbrief-Funktion nutzen.
E-Mails:
Anhänge versenden und empfangen, Viren-Check, Ihre Firmenbezeichnung anzeigen, Umgang mit der E-Mail-Flut nach dem Urlaub, wie und wo lassen sich E-Mails speichern.
Ordnung im PC:
Das richtige Sichern ist wichtig, wenn Sie und Ihre Kollegen schnellen Zugriff auf die Dateien benötigen. Eindeutige und DIN-orientierte Dateinamen vergeben, Ordnerstrukturen übersichtlich und nutzerfreundlich einrichten, finden statt suchen.
Alle Ergebnisse können Sie auf dem USB-Stick (inkl.) speichern und sofort im Büro nutzen.

Regine Jäckel
Mittwoch - Freitag, 11.2.15 - 13.2.15,
09:00 - 17:00 Uhr, 3x
Volkshochschule, 193,70 €, inkl. USB-Stick, Mittagessen und Pausenverpflegung

50401KAB

Seminarreihe: Professionelles Büromanagement mit Vollverpflegung

8-tägige Reihe PROFESSIONELLES BÜROMANAGEMENT für Berufswechsler und Selbstständige, für Wiedereinsteiger und alte Hasen, für Büro-Menschen und solche, die es werden wollen.
Details entnehmen Sie bitte den Modulen, die jeweils auch einzeln buchbar sind. Mittagessen und Pausenverpflegung sind enthalten. Bitte beachten Sie, dass für die Teilnahme an einigen Modulen ein eigener PC (Notebook) benötigt wird.
Bei aktiver Teilnahme an allen 8 Modulen wird das Zertifikat „Professionelles Büromanagement (vhs)“ ausgestellt.

Regine Jäckel
Volkshochschule, 432,80 €

50402KAB

Professionelles Büromanagement 1: Nicht suchen, sondern finden

Leistungsfaktor Arbeitsplatz. Organisations-Check im Unternehmen. Arbeitsabläufe optimieren. Ergonomie bedenken. Informationsmanagement am Schreibtisch. Ablage und Archiv. Haftnotizen richtig nutzen. Wertstufen von Schriftgut. Handbuch Büro, Notizbücher, Pultordner.

Regine Jäckel
Dienstag, 3.3.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 67,70 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50403KAB

Professionelles Büromanagement 2: 10 Finger und 2 Ohren

Posteingang, Postausgangsbuch, Postgeheimnis. DIN-Normen im Schriftverkehr. Vorbereitende Buchhaltung. Pflichtangaben auf Rechnungen. Informationsmanagement am Telefon: Telefonnotizbuch und Weitergabe. Wie schreibt man Protokolle?

Regine Jäckel
Dienstag, 17.3.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 67,70 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50404KAB

Professionelles Büromanagement 3: Schreiben mit Word – Starke Tipps fürs Büro

Briefkopf gestalten. Aufzählungen steuern. Autokorrektur nutzen. Am Zeilenende alles richtig machen. Bilder bearbeiten. Serienbriefe einfach verfassen. Richtig schreiben: Datum und Rufnummer - e.V. oder e._V.? - das oder daß oder dass? – zusammenschreiben oder zusammen schreiben?
Bitte mitbringen: eigenen Notebook-PC mit installierter Office-Software (Word, Excel)

Regine Jäckel
Dienstag, 21.4.15,
09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 67,70 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50405KAB

Professionelles Büromanagement 4: Kommunizieren und zusammenarbeiten

Lösungsorientierte Kommunikation am Arbeitsplatz, in Besprechungen und Teams. Mit Konflikten umgehen. Kritikgespräche und Lob sinnvoll einsetzen. Arbeitsklima und Leistung verbessern. Betriebliche Ziele und Gruppenerhalt.

Regine Jäckel
Dienstag, 5.5.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 67,70 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

Dozentenportrait



Regine Jäckel

Wenn Sie berufliche Ziele anpeilen, bin ich dabei: Professionelles Büromanagement, Existenzgründung und Verkaufsgespräche gehören beispielsweise zu meinen Kursangeboten. Und Kursleitung macht Spaß! Das ist für Sie, liebe Interessierte, genau so prima wie für mich: Meine Angebote im Kursprogramm geben Ihnen Impulse für Beruf und Alltag. Und Ihre engagierte Mitarbeit bringt mich immer wieder auf neue Ideen. Aber woher kommt das Wissen, von dem Sie profitieren können? Ich habe in Hamburg Erwachsenenbildung studiert und bin anschließend in die Wirtschaft gegangen. Ich arbeitete in technikorientierten Unternehmen und in Beratungsfirmen. Seit bald 10 Jahren bin ich als Dozentin und Beraterin selbstständig.
Und diese Entscheidung war wirklich gut.
Wann sehen wir uns?



50406KAB

Professionelles Büromanagement 5: Profis am Büro-PC

Informationsmanagement am Computer: Ordnerstruktur und Dateinamen nutzerfreundlich einrichten. Datensicherheit und Datenschutz. Internet und Schadsoftware. E-Mail organisieren: Sortieren nach dem Urlaub, Ordner erstellen, Signaturen festlegen. PowerPoint-Grundlagen.
Bitte mitbringen: eigenen Notebook-PC mit installierter Office-Software (Word, Excel)

Regine Jäckel
Dienstag, 19.5.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 67,70 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50407KAB

Professionelles Büromanagement 6: Terminieren und planen, moderieren und tagen

Terminplanung für sich selbst und Terminabstimmung mit anderen. Digitale Terminpflege und Übersichten auf Papier. Reiseplanung und Reisemappe. Moderation von Meetings. Kundenorientierung und Besucherbetreuung. Organisation von Tagungen und Konferenzen.

Regine Jäckel
Dienstag, 2.6.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 67,70 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50408KAB

Professionelles Büromanagement 7: Listen, Listen, Listen
Wie Excel das Büroleben leichter macht

Listen bringen mehr Übersicht in den Büroalltag und sind bei der täglichen Organisation sehr hilfreich. Wir erstellen diese Tabellen, sortieren und gruppieren Daten, nutzen Rahmen und Farben. Wir drucken perfekte Listen und versenden ausgewählte Teilbereiche per E-Mail.
Bitte mitbringen: eigenen Notebook-PC mit installierter Office-Software (Word, Excel)

Regine Jäckel
Dienstag, 16.6.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 67,70 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50409KAB

Professionelles Büromanagement 8: Zu wenig Zeit für zu viele Aufgaben?

Die Zeit ist oft knapp – das wissen alle, die im Job viel Kontakt mit Menschen haben. Wo stecken Ihre Zeitdiebe? Können Sie Gespräche kurz halten? Hilft Ihnen Pareto oder Eisenhower? Wobei kann die Ist-Analyse helfen? Steuern Sie sich selbst oder werden Sie gesteuert? Kennen Sie Ihre inneren Antreiber? Wie sieht‘s mit dem Nein sagen aus? Nutzen wir diese Zeit für Klärungen.

Regine Jäckel
Dienstag, 30.6.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 67,70 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

NEU **50420KAB**

Kaufmännische Korrespondenz – frisch und modern

Wir beschäftigen uns an diesen 2 Abenden intensiv damit, wie Sie zukünftig Ihre Korrespondenz normgerecht, modern und mit frischen „Phrasen“ schreiben können.
Themenschwerpunkte sind:
Briefaufbau gemäß DIN 5008
Schreibweise von Adressen (In- und Ausland), Datum, Anrede, Grußformel usw.
Bezugszeichenzeile - Infoblock
Allgemeine Korrespondenzregeln
Wir entrümpeln: Zukünftig ohne Füllwörter, keine Partizipien mehr usw.
Fehlerbriefbearbeitung
Briefgestaltung an Beispielen aus dem Berufsleben (Absagen von Bewerbungen u. a., Einladungen, Reklamation, Zahlungserinnerung usw.)

Cornelia Jöhnk
mittwochs, 25.2.15 – 4.3.15,
18:30 - 20:45 Uhr
Volkshochschule, 37,60 €, Kleingruppe

NEU **50425**

Rechtschreibung: Richtig schreiben für den Beruf

In diesem Kurs werden ausführlich die Grundlagen der deutschen Rechtschreibung und Grammatik erläutert und an Beispielen aus dem Berufsalltag intensiv trainiert, u.a. Groß- und Kleinschreibung; s-Laute; Getrennt- und Zusammenschreibung; Zeichensetzung. Außerdem haben Sie die Möglichkeit, individuelle Fragen zu stellen und endlich die Tücken der Deutschen Sprache zu verstehen und die korrekte Schreibung zu beherrschen. Der Kurs ist auch geeignet für diejenigen die auf die seit 2006 gültige neue deutsche Rechtschreibung umsteigen und sattelfest werden wollen.

Jürgen Schmuck
mittwochs, 4.3.15 – 25.3.15,
18:30 - 20:45 Uhr, Volkshochschule, 32,20 €

50430

Computerschreiben in Rekordzeit erlernen!

Ohne PC geht fast nichts mehr! Wie jeder mit 10 Fingern schnell und korrekt, ganz professionell schreibt und wie der Weg dahin auch noch Spaß macht, das erfahren Sie bei „Emo2Type“. Mit dem EmoLearn-Konzept wurde ein Trainingsprogramm entwickelt, das Erkenntnisse aus Hirnforschung und Pädagogik für den persönlichen Lernerfolg umsetzt. Musik, Farben, Entspannungstechniken und nicht zuletzt ein aufregender Krimi machen den Lernprozess zur spannenden Unterhaltung. Mit diesem System macht es einfach Spaß, Computerschreiben zu lernen! Im Anschluss an das schnelle Lernerlebnis stehen weitere kostenlose Übungsangebote, sowie professionelles Geschwindigkeitstraining im Internet zur Verfügung. Bitte bringen Sie sich zur Unterstützung der Konzentration einen leichten Pausensnack mit.
Das Arbeitsmaterial ist für 25,00 € (in bar) von der Dozentin zu erwerben.

Sabine Marthiensen
donnerstags, 19.3.15 – 26.3.15,
18:00 - 20:45 Uhr, 2x, Volkshochschule,
30,20 €, inkl. Kaltgetränke

50440

Der einfache Weg zur eigenen Homepage

Wenn Sie schnell zu einer ansprechenden Homepage kommen möchten, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Sie lernen, wie Sie mit einem Baukasten einfach, ohne Programmierkenntnisse und schnell Ihre eigene kostenlose Homepage erstellen können. Auf dieser Homepage können Sie neben Texten, Bildern und Tabellen auch Galerien einfügen und somit ihre Fotos ansprechend präsentieren. Sie können sogar einen Blog erstellen und einen Shop einbinden. Und Sie bestimmen das Design der Website, peppen Sie Ihre Website individuell grafisch auf. Wir arbeiten in diesem Kurs mit Jimdo.
Der Umgang mit Windows sollte Ihnen vertraut sein.

Annett Rips
mittwochs, 22.4.15 – 13.5.15,
18:00 - 21:15 Uhr, 4x
Volkshochschule, 68,20 €

NEU **50441**

Der einfache Weg zur eigenen Homepage

Wenn Sie schnell zu einer ansprechenden Homepage kommen möchten, dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Sie lernen, wie Sie mit einem Baukasten einfach, ohne Programmierkenntnisse und schnell Ihre eigene kostenlose Homepage erstellen können. Auf dieser Homepage können Sie neben Texten, Bildern und Tabellen auch Galerien einfügen und somit ihre Fotos ansprechend präsentieren. Sie können sogar einen Blog erstellen und einen Shop einbinden. Und Sie bestimmen das Design der Website, peppen Sie Ihre Website individuell grafisch auf. Wir arbeiten in diesem Kurs mit Jimdo.
Der Umgang mit Windows sollte Ihnen vertraut sein.

Annett Rips
Samstag - Sonntag, 16.5.15 – 17.5.15,
09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 105,70 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50445

Webseiten erstellen mit WordPress

Mit der kostenlos verfügbaren „Open Source“ Blog Software Wordpress können Sie schnell und ohne besondere Vorkenntnisse einfache Webseiten erstellen. Komplexere Anforderungen lösen Sie mit Eingriffen in den HTML, CSS und PHP-Code der Vorlagen. Voraussetzung für das Content-Management-System ist ein Internet-Server mit My-SQL Datenbank. Sie erstellen in dem Kurs eine Webseite lokal auf dem PC und erfahren, wie Sie die mit Wordpress erstellte Seite ins Internet übertragen. Sie füllen Artikel und Seiten mit Texten und Bildern, anschließend ordnen Sie Ihren Inhalten Menüpunkte zu. Sie passen das vorgegebene Layout Ihren Wünschen an und planen die Bekanntmachung Ihrer Webseite. Zusätzliche Themen sind Installation und Sicherung, Export und Import der Datenbank-Tabellen und einfache Änderungen im Stylesheet Code von Vorlagen.
Voraussetzung: Gute PC-Kenntnisse, sowie gute Kenntnisse des Internets.
HTML und CSS-Kenntnisse sind bei der Anpassung des Layouts hilfreich.

Renate Butler
samstags, ab 20.6.15, 09:00 - 17:00 Uhr, 2x
Volkshochschule, 121,00 €, inkl. USB-Stick, Mittagessen und Pausenverpflegung

BU **BE50407BUJ**

Content Management mit Typo3

Die Module 1 und 2, Autoren- und Administratoren-Schulung, sind kombiniert als Bildungsurlaub buchbar. Details entnehmen Sie bitte den Einzelmodulen.

Paul Klein
Montag - Freitag, 9.2.15 - 13.2.15,
09:00 - 16:00 Uhr, 5x
Volkshochschule, 198,00 €

BE50408J

Typo3 – Modul 1: Autoren-Schulung

Web-Content-Management-Systeme wie Typo3 sind auf dem Vormarsch. Immer weniger Webseiten werden »per Hand« gemacht, denn mit einem CMS kann eine Webseite stets und ohne großen Aufwand oder etwa HTML-Kenntnisse aktuell gehalten werden, von jedem Rechner mit Internetzugang aus. In diesem Kurs wird die Bedienung des weit verbreiteten freien (und kostenlosen) Systems Typo3 vermittelt.

Paul Klein
Montag - Dienstag, 9.2.15 – 10.2.15,
09:00 - 16:00 Uhr, 2x
Volkshochschule, 76,20 €

NEU **BE50409J**

Typo3 – Modul 2: Administratoren-Schulung

Typo3-Webauftritte als Administrator verwalten

- Überblick: Aufbau einer Website in Typo3
- Installieren und Einrichten einer Erweiterung
- Erstellen von Systemordnern
- Das Typo3-Rollenmodell, Einrichten von Benutzergruppen
- Einführung in Typoskript
- Systembackup durchführen

Paul Klein
Mittwoch - Freitag, 11.2.15 - 13.2.15,
09:00 - 16:00 Uhr, 3x, Volkshochschule,
121,80 €, inkl. USB-Stick

50450KAB

Tourenplanung für Radfahrer und Wanderer am Computer

Das Geheimnis einer schönen Tour liegt in der genauen Routenplanung. Daran hat sich auch im elektronischen Zeitalter nichts geändert. War früher die Papierkarte unentbehrliche Grundlage, sind heute Satellitennavigation und digitale Karten eine gute Alternative. Einige Klicks mit der Maus reichen, und schon steht die Tour.
Da sich vor allem bei längeren Touren die Planung am Computer oft als die bessere Alternative zur Karte erweist, lernen Sie in diesem Einführungskurs Schritt für Schritt wie Sie mit Garmin BaseCamp Ihre nächste Tour ganz einfach und exakt erstellen.
BaseCamp ist ein Programm, das frei aus dem Internet geladen werden kann. Zusammen mit ebenfalls frei verfügbaren Karten von OpenStreetMap - einem internationalen Weltkarten-Wiki - werden Sie erleben wir einfach es ist, gemütlich die nächste Tour am Computer perfekt zu planen und durch die Verbindung mit GoogleEarth bereits zu erleben ‚wo die Reise hingeht‘.
Dieser Kurs richtet sich an alle, die ein GPS-Gerät besitzen und mehr Erfahrung mit BaseCamp sammeln möchten und auch jene, die in die neuen Möglichkeiten hinein schnuppern möchten.

- Wie funktioniert Satellitennavigation?
- Warum GPS für Radfahrer und Wanderer?
- Digitale Karten: Vektoren und Raster
- Touren planen am Computer
- Touren ausdrucken und aufs GPS-Gerät übertragen
- Touren aus dem Internet

Wer mag, kann eigene Hardware (Notebook, Navigation, GPS) mitbringen und einsetzen.
Ein USB-Stick für den Softwaredownload ist enthalten.

Hubert Wahle
montags, 20.4.15 – 27.4.15,
18:00 - 21:15 Uhr, 2x, Volkshochschule,
49,50 €, Kleingruppe, inkl. USB-Stick

Anmeldebestätigung?

Keine Nachricht ist bei uns eine gute Nachricht! Sollten Sie nichts von uns hören/lesen, haben Sie Ihren Platz in dem von Ihnen gewünschten Kurs erhalten.



Xpert Business
Das kaufmännische Kurs- und Zertifikatssystem
Xpert Business ist ein bundesweit anerkanntes Kurs- und Zertifikatssystem. Unterrichtet wird nach einheitlichen Lehrplänen unter Einbeziehung standardisierter Kursunterlagen. Praktische Beispiele aus dem betrieblichen Alltag bilden die Basis des Kursgeschehens. Ein modularer Aufbau bietet bundeseinheitliche Abschlüsse nach jedem Baustein (Kurs). Ihre Kenntnisse werden in den Zertifikaten nachgewiesen. Zum Abschluss des Kurses erhalten Sie eine ausführliche Teilnahmebescheinigung; nach erfolgreich abgelegter Xpert-Prüfung erhalten Sie das Xpert-Zertifikat.
Xpert Business richtet sich an Weiterbildungsinteressierte, die durch ein Lehrgangssystem, das an der aktuellen kaufmännischen Praxis ausgerichtet ist,

- ihre Chancen im Beruf verbessern möchten
- eine berufliche Veränderung anstreben
- oder den beruflichen (Wieder-) Einstieg vorbereiten.

Das Zertifikat „Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung“ wird durch Bestehen der Prüfungen Finanzbuchführung 2 und Finanzbuchführung 3 (EDV) erlangt. Ergänz man dieses Zertifikat durch die Prüfungen „Kosten-/Leistungsrechung“ und „Bilanzierung“, erhält man das Zertifikat „Finanzbuchhalter/-in“.
Weitere Informationen finden Sie unter www.xpert-business.eu

Xpert 50501
Xpert Business: Finanzbuchführung 2
Umfassende und aktuelle Kenntnisse der Finanzbuchführung gehören zu den wichtigsten Voraussetzungen, um betriebliche Buchungsvorgänge gezielt bearbeiten und sinnvoll auswerten zu können. In diesem Kurs werden die Kenntnisse des betrieblichen Rechnungswesens systematisch und praxisbezogen vertieft. Nach Abschluss des Kurses sind die Teilnehmenden in der Lage, laufende Buchungsfälle und einfache Abschlussarbeiten in Handel, Handwerk und Industrie fachgerecht zu bearbeiten.
Inhalte: Unterschiedliche Einkaufskonten/Verkaufskonten, halbfertige und fertige Erzeugnisse/Leistungen, Bestandsveränderungen, der Jahresabschluss, Bilanzierungsgrundsätze sachliche Abgrenzungen, zeitliche Abgrenzungen von Aufwendungen und Erträgen, Wiederholung Umsatzsteuer Fibu, steuerfreie Umsätze/Optionsmöglichkeiten, der Außenhandel, geleistete und erhaltene Anzahlung, Schlussrechnung, Umkehr von Steuerschuldnerschaft, Bewertungsgrundlagen, Bewertung des Anlagevermögens, Vorräte, Forderungen, Wertpapiere, Eigenkapital, Rückstellungen, Rücklagen, Verbindlichkeiten, Prüfungsvorbereitung
Voraussetzungen: Teilnahme am Kurs ‚Xpert Business Finanzbuchführung 1‘ oder vergleichbare Kenntnisse.
Am ersten Unterrichtsabend können die Bücher ‚Finanzbuchführung 2‘ und ‚Finanzbuchführung 2 Übungen und Musterklausuren‘ bestellt werden. Die Kosten pro Buch betragen 22,95 €.
Im Anschluss an den Kurs kann eine Zertifikatsprüfung abgelegt werden.
Anschlusskurs: Finanzbuchführung 3 ist möglich.
Möglicher Abschluss nach Modul 3: ‚Geprüfte Fachkraft Finanzbuchführung‘
Bitte mitbringen: Taschenrechner und Schreibzeug

Steffen Talke
montags, 9.2.15 – 4.5.15,
18:30 - 21:30 Uhr, 11x
sowie Samstag, 9.5.15, 10:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, 219,40 €

NEU **Xpert 50510**
Xpert Business: Kosten- und Leistungsrechnung (KLR)
Die Kosten- und Leistungsrechnung ist Teil des Rechnungswesens und setzt eine gut organisierte und gegliederte Buchführung voraus. Sie ermittelt das Betriebsergebnis des Unternehmens und erlaubt Aussagen über die Wirtschaftlichkeit insgesamt, die Produktivität einzelner Teilbereiche oder über die Wirtschaftlichkeit einzelner Produkte. In vielen Unternehmen werden Mitarbeiter mit Kenntnissen in Buchführung und Kosten- und Leistungsrechnung gesucht.
Zielgruppe: Dieses Kursmodul wendet sich an Sachbearbeiter/-innen aus dem Buchhaltungsbereich der Industrie, des Handels, der Banken sowie dem übrigen Dienstleistungssektor oder aus gemeinnützigen Einrichtungen und Selbstständige, die weitere Kenntnisse in der Kosten- und Leistungsrechnung erwerben möchten. Es ist für Personen konzipiert, die den Abschluss Xpert Business Finanzbuchhalter/in anstreben.
Inhalte: Aufgaben und Grundbegriffe - Kostenartenrechnung: Istkostenrechnung, Aufgabe und Einteilung der Kostenarten - Kostenstellenrechnung: Innerbetriebliche Leistungsverrechnung, Bildung von Kalkulationssätzen - Kostenträgerrechnung: Kalkulationsverfahren - Vergleich Voll- und Teilkostenrechnung
- Deckungsbeitragsrechnung: Fixe und variable Kosten, Ermittlung Break-Even-Point.
Bei Interesse kann im Anschluss an den Kurs die Xpert-Prüfung (50521) abgelegt werden.
Bitte mitbringen: Taschenrechner und Schreibzeug

Steffen Talke
donnerstags, 12.2.15 – 21.5.15,
18:30 - 21:30 Uhr, 11x
sowie Samstag, 30.5.15, 10:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, 318,20 € (Teilnehmerzahl: 4 bis 8 Personen)

Xpert 50520
Xpert Business: Prüfung Finanzbuchführung 2
Prüfung für Xpert Business, Prüfung für Finanzbuchführung 2
Bitte mitbringen: Taschenrechner und Schreibzeug

Samstag, 23.5.15, 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, 60,00 €

Xpert 50521
Xpert Business: Prüfung Kosten- und Leistungsrechnung (KLR)
Prüfung für Xpert Business Kosten- und Leistungsrechnung (KLR)
Bitte mitbringen: Taschenrechner und Schreibzeug

Samstag, 6.6.15, 10:00 - 13:00 Uhr
Volkshochschule, 60,00 €

Rund um die Uhr
Anmelden: per Fax 0 43 21 / 4 19 96 99
und E-Mail: info@vhs-neumuenster.de

NEU **50900KAB**

Round Table für junge Führungskräfte

In Kooperation mit der Wirtschaftsagentur NMS

Zielgruppe: Menschen, die erst vor kurzem eine Führungsrolle als Team-, Abteilungs- oder Unternehmensleiter/-innen übernommen haben
Lernziel: Reflexion des eigenen Führungshandelns und Lösungsansätze für Führungskonflikte
Der monatliche Round Table wird durch einen erfahrenen Personalmanager moderiert und dient dem Erfahrungsaustausch junger Führungskräfte, um in der Diskussion verbesserte Arbeitsansätze zu finden.

Mario Schuster
monatlich auf einem Freitag, 20.2., 20.3., 17.4.,15.5., 19.6. und 17.7.15,
16:00 - 19:00 Uhr, 6x
Volkshochschule, 136,00 €, inkl. Getränke
(5–9 Teilnehmer)

NEU **50901KAB**

Grundlagen und Methoden des Personalmanagements I Personalmarketing & Rekrutierung

In Kooperation mit der Wirtschaftsagentur NMS

Zielgruppe: Personalverantwortliche in Industrie-, Handwerks- und Dienstleistungsunternehmen
Lernziel: Grundlagen und Methoden des Personalmanagements kennenlernen und in eigenen Fallstudien anwenden
Modul I: Personalmarketing & Rekrutierung
Der demografische Wandel und ein steigender Bedarf an qualifizierten Fach- und Führungskräften erhöhen den Druck auf Personalverantwortliche, die passenden Mitarbeiter zu finden und für das eigene Unternehmen zu begeistern. Gute Kandidaten haben oft mehrere Jobangebote vorliegen und die Leitfrage lautet, welche Motive das Entscheidungsverhalten der Bewerber in der eigenen Branche beeinflussen und wie diese wirkungsvoll adressiert werden können.
Übungen für die betriebliche Praxis: Personalbedarfsanalyse, Stellenprofile, Personalmarketing, Social Media, Job Portale, Vorstellungs- und Vertragsgespräche, Personalberater usw.
Abschluss bei aktiver Teilnahme an beiden Modulen: Zertifikat „Grundlagen und Methoden des Personalmanagements“ (vhs)

Mario Schuster
jew. freitags und samstags, 6.2./7.2., 6.3./7.3., 10.4./11.4.15, 08:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 395,00 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung
(5–9 Teilnehmer)

NEU **50902KAB**

Grundlagen und Methoden des Personalmanagements II – Personalentwicklung & Mitarbeiterbindung

In Kooperation mit der Wirtschaftsagentur NMS

Zielgruppe: Personalverantwortliche in Industrie-, Handwerks- und Dienstleistungsunternehmen
Lernziel: Grundlagen und Methoden des Personalmanagements kennenlernen und in eigenen Fallstudien anwenden
Modul II: Personalentwicklung & Mitarbeiterbindung
Die wirtschaftliche Leistungsfähigkeit eines Unternehmens hängt direkt von der Kompetenz und Motivation der Mitarbeiter ab. Zufrieden und loyal sind Mitarbeiter dann, wenn weder Unter- noch Überforderung bei der Bewältigung von Aufgaben vorliegt und das gemeinsame Ergebnis mit dem eigenen Beitrag in Verbindung gebracht werden kann. Wie und durch wen können persönliche, fachliche, methodische und soziale Fähigkeiten gezielt entwickelt werden und welche Rolle spielt die Unternehmenskultur hierbei? Übungen für die betriebliche Praxis: Aus- und Weiterbildungsbedarfsanalyse, Persönlichkeitstests und Assessments, Business Coaching, Konzeption Firmenseminare usw.
Abschluss bei aktiver Teilnahme an beiden Modulen: Zertifikat „Grundlagen und Methoden des Personalmanagements“ (vhs)

Mario Schuster
jew. freitags und samstags, 8.5./9.5., 5.6./6.6., 3.7./4.7.15, 08:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 395,00 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung
(5–9 Teilnehmer)

NEU **50903KAB**

Einführung in das Projektmanagement (Handwerk & Industrie)

In der beruflichen Praxis können einfache Themen oder Aufgaben schnell zum ‚Projekt‘ werden. Die Komplexität und Reichweite ist anfangs nicht klar. Mit den richtigen Werkzeugen finden Sie einen erfolgreichen Einstieg um Ihr Projekt strukturiert im Unternehmen (KMU) umzusetzen und zu kommunizieren.
Inhalt: Planungsmethoden, Zeitmanagement und Kommunikation
Abschluss: Teilnahmebescheinigung
Keine Voraussetzungen oder Erfahrungen im Projektmanagement notwendig

Peer Putzig
Samstag, 13.6.15, 08:30 - 16:45 Uhr
Volkshochschule, 84,00 €, Kleingruppe inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50904KAB

LEAN-Management – ein Erfolgskonzept

Mit der Anwendung der LEAN-Werkzeuge im Handwerks- oder Industriebetrieb können Kosten gesenkt und die Qualität verbessert werden. Transparenz wird im Unternehmen geschaffen durch die Einbindung aller Mitarbeiter. LEAN- Management wird von internationalen Konzernen (u.a. Toyota) seit Jahrzehnten erfolgreich gelebt, um Prozesse zu standardisieren und optimieren. In diesem Kurs werden einige LEAN-Elemente mit nachvollziehbaren Beispielen aus der Praxis für die Praxis vorgestellt. Es wird vermittelt, wie Transparenz, Visualisierung, Optimierung und Standardisierung geschaffen werden kann.

Peer Putzig
Samstag, 14.2.15, 08:30 - 16:45 Uhr
Volkshochschule, 84,00 €, Kleingruppe inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung



BE50905J

Plötzlich Führungskraft – die neue Aufgabe erfolgreich meistern!

Sie übernehmen zum ersten Mal Führungsverantwortung oder wollen sich auf diese Aufgabe vorbereiten und stellen sich diese Fragen: Wie werde ich als Führungskraft anerkannt und wie kann ich mich behaupten? Wie gehe ich mit der Verantwortung um und was erwartet man von mir?
In diesem Kurs erhalten Sie nützliche Informationen und praxisorientierte Methoden, um als Führungskraft zu bestehen und den Berufsalltag zu meistern.

Peer Putzig
Samstag, 24.1.15, 09:00 - 15:45 Uhr
Volkshochschule, 85,00 €, Kleingruppe inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

NEU **50909KAB**

Veränderungen im Unternehmen erfolgreich managen!

Zielgruppe: Führungskräfte, Meister, Techniker aus Handwerk und Industrie
Inhalt: Im beruflichen Ablauf kann es Konflikte geben, besonders wenn Veränderungen anstehen. In diesem Kurs erlernen Sie praxisorientierte Lösungstechniken.

Peer Putzig
Samstag, 9.5.15, 09:00 - 15:00 Uhr
Volkshochschule, 62,70 €, Kleingruppe inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50910KAB

Kein Ärger mehr mit Kunden...

Ziel: Sie lernen, mit Beschwerden von Kunden souverän umzugehen und eine konstruktive Gesprächsbasis aufzubauen. Ihr professioneller Umgang mit Beschwerden schützt Sie vor persönlichen Angriffen. So lernen Sie leichter Kundebeziehungen aufzubauen und zu festigen.
Inhalt:

- Worum geht es bei Beschwerden wirklich?
- Was braucht der Kunde? Was brauchen Sie?
- Rollenverständnis von Dienstleister / Verkäufer und Kunde
- Wahrnehmung und Interpretation
- Kunden führen durch gezielte Fragen und aktives Zuhören
- Grundlagen und Ablauf eines konstruktiven Gespräches

Zielgruppe: Dieses Seminar richtet sich an alle, die im professionellen oder ehrenamtlichen Bereich mit Kunden im weitesten Sinn zu tun haben und lernen wollen, mit Beschwerden bewusster umzugehen und gelassener zu bleiben.
Methoden: Übungen und Selbstreflektionen in Kleingruppen wechseln sich mit Kurzvorträgen ab, die dem erlernten Wissen und den neuen Erfahrungen den notwenigen Hintergrund geben.

Steffen Haupt
Freitag, 5.6.15, 09:30 - 17:30 Uhr
Volkshochschule, 74,10 €, Kleingruppe inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung



50911KAB

7 Werkzeuge und Methoden im Qualitätsmanagement für Handwerks- & Industriebetriebe

In diesem Kurs lernen Sie 7 Qualitätswerkzeuge und Methoden kennen, die relativ leicht im jedem Unternehmen umgesetzt werden können. Sie lernen mit Hilfe dieser Instrumente und Strategien, Probleme einfach zu ermitteln und zu lösen. Mit praxisbezogenen Beispielen und Übungen werden die Themen visualisiert und transparent gemacht.

Peer Putzig
Samstag, 4.7.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 71,80 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

50912

Rollen im Team – Wie Teamarbeit funktionieren kann

In den meisten Unternehmen ist Teamfähigkeit bereits als Einstellungskriterium gefordert und in nahezu jedem Beruf ist Zusammenarbeit und Kommunikation gefragt.
Als Inhaber, Führungskraft, Teamleader oder Abteilungsleiter ist es jedoch oftmals eine große Herausforderung, die unterschiedlichen Persönlichkeiten zu einem funktionierenden Team zusammenzuführen.
In diesem Vortrag wird ein Modell der verschiedenen Rollen in einem Team vorgestellt, das es ermöglicht, die Stärken des Einzelnen für den Betrieb zu nutzen und gemeinsam ein leistungsfähigeres und zufriedeneres Team aufzubauen.
Im Anschluss findet ein gemeinsamer Austausch über Umsetzungsmöglichkeiten im eigenen Betrieb statt.

Franka Jahn
Mittwoch, 25.3.15, 18:00 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, 12,00 €

50913

Einführung in die Kollegiale Beratung

Kollegiale Beratung ist eine effektive, kosten- und zeitgünstige Methode für Teams von 4 bis 10 Personen, die ohne einen externen Berater auskommt. Sie wird häufig eingesetzt, um die Professionalität von Mitarbeitern und die Qualität der Arbeit zu erhöhen. Nach einer klaren Struktur beraten sich Kollegen gegenseitig zu Fragestellungen, Konflikten, Problemen oder Fällen aus dem beruflichen Alltag. In dieser Fortbildung werden die Teilnehmer in die Strukturen und Abläufe der Kollegialen Beratung eingeführt.
Unter Einbeziehung eigener Fallbeispiele wird die Methode gemeinsam durchgeführt und reflektiert.
Ziel ist es, diese Art der Beratung im eigenen Team durchführen zu können.

Franka Jahn
samstags, 18.4.15 – 25.4.15,
09:00 - 16:00 Uhr, 2x
Volkshochschule, 110,80 €, inkl. Mittagessen und Pausenverpflegung

Anmeldung

Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Gebühr – auch wenn Sie ohne Abmeldung nicht an der Veranstaltung teilnehmen.

NEU **50915KAB**

Selbstmanagement – zukünftig strukturierter und klarer

Woran liegt es, dass unser Arbeitsalltag unsere Energie aufbraucht? Nichts ist mehr vorhanden für eine aktive Freizeitgestaltung... Wir wollen perfekt sein, es jedem recht machen. Das schadet uns letztendlich selbst.

Mit dem „richtigen Handwerkszeug" lernen Sie, sich selbst zu managen, freundlich und authentisch Grenzen zu setzen und somit wertschätzender mit sich und anderen umzugehen.

Schwerpunktthemen sind:

- Organisation durch Planung/Prioritäten setzen
- „Zeitfresser" – Wir decken Sie auf/Wie gehen wir zukünftig mit ihnen um bzw. wie schalten wir sie ganz aus
- Klare Botschaften senden/ Fragetechniken
- Ein NEIN nicht gegen andere sondern FÜR SIE SELBST

Cornelia Jöhnk
Donnerstag, 23.4.15, 18:30 - 20:45 Uhr
Volkshochschule, 19,30 €, Kleingruppe

NEU **50920**

Existenzgründung – Gewusst wie!

Ob im Handwerk oder in der Modebranche, im Gastgewerbe oder in alternativen Gesundheitsberufen: Wer sich selbstständig machen will, muss sich gut vorbereiten.

Unsere Themen:

- Die Geschäftsidee: Ihre Wünsche und Ihr Plan B
- Familie und Freunde: Wer steht Ihnen zur Seite?
- Wie finden Ihre Kunden zu Ihnen?
- Finanzielle Risiken: Welche Ausgaben kommen auf Sie zu?
- Umsatz und Gewinn: Preise kalkulieren
- Ihr Wettbewerb: Was macht die Konkurrenz?
- Standortfragen, Marketing und Internet

Nutzen Sie diesen Tag, um Ihre Ideen zu überprüfen und Entscheidungen leichter zu fällen.

Regine Jäckel
Freitag, 20.3.15, 16:00 - 20:00 Uhr
Volkshochschule, 22,00 €

NEU **50950**

ISO 9001.2015 – Eine Einführung in die wichtigsten Änderungen

Eine neue Fassung der wichtigsten Normen im Qualitätsmanagement erscheint 2015. Handbücher müssen erneuert werden, veränderte Beschreibungen müssen erstellt werden, Prozesse müssen verändert werden. Diese Veranstaltung gibt einen Überblick über die wichtigsten Änderungen und bietet damit eine Grundlage, weitere Überlegungen anzugehen.

Ralf Lembke
Montag, 16.3.15, 18:00 - 20:15 Uhr
Volkshochschule, 13,00 €

NEU **50960**

Mind Mapping – ein Überblick

Mind Mapping schlägt die Qualität durchschnittlicher Notizen um Längen, denn es ordnet Gedanken logisch und verhilft somit zu einem besseren Überblick. Dieser Workshop führt in die Technik des Mind Mapping ein und zeigt einige Strukturierungsweisen auf.

Ralf Lembke
Dienstag, 31.3.15, 18:00 - 21:15 Uhr
Volkshochschule, 17,80 €

NEU **50970KAB**

Eventmanagement: Erlebnismarketing für Unternehmen

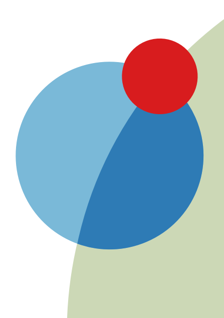
Zielgruppe: Kaufmännische Mitarbeiter/-innen, die Marketingevents planen und betreuen

Lernziel: Einen Überblick über Möglichkeiten und Durchführungsansätze zu gewinnen

An diesem Tag geht es um einfache bis komplexe Marketing-Events, die für unterschiedlichste Unternehmen eingesetzt werden können. Der Workshop gibt einen Überblick über mögliche Eventkonzepte im Marketing und deren Wirkung, Methoden und notwendige Planungsschritte. Bei entsprechender Nachfrage kann zukünftig der Lehrgang „Veranstaltungsmanager/-in (inkl. IHK-Zertifikat)" angeboten werden.

Umfangreiche Verpflegung ist enthalten.

Michael Keller
Samstag, 21.3.15, 09:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 96,70 €, (Kleingruppe)
inkl. Mittagessen als Mini-Event



Weitere interessante Angebote der beruflichen Bildung:

10701V Kommunikation und Verhandlungskunst
10702 Rhetorik und Kommunikation
10707 Zeitgemäße Umgangsformen
30007 Leichterer Umgang mit Lern- und Prüfungsstress
30402 Stimmregeneration
40304 Dänisch Intensivwoche
40620 Business English – Grundstufe
40645 Business English – Cambridge Prüfungsvorbereitung BEC vantage (B2)



KiTa-Programm der Volkshochschule Neumünster



Ein spezielles Programm für Mitarbeiter/-innen in Kindertagesstätten und für Tagespflegepersonen. Das vollständige Weiterbildungsprogramm 2015 finden Sie als download auf unserer Homepage (www.vhs-neumuenster.de) oder in gedruckter Fassung in der vhs.

10601
Handlungskompetenz bei Kindeswohlgefährdung
Nach § 8a SGB VIII ist es Aufgabe von Erzieher/-innen, bei der Umsetzung des Schutzauftrages bei Kindeswohlgefährdung mitzuwirken. Zwei Bereiche ragen in ihrer Bedeutung für Kindertagesstätten hervor: die Gefährdungseinschätzung und das Elterngespräch. In der Fortbildung werden Grundlagenkenntnisse vermittelt und es gibt Raum für praktische Übungen anhand von eigenen Fallbeispielen. Zielsetzung ist es, sicherer im Umgang mit dem Thema Kindeswohlgefährdung zu werden, Handlungsabläufe kennen zu lernen, Risikoeinschätzungen durchzuführen und mit Eltern in die Auseinandersetzung über das Wohl ihres Kindes gehen zu können.

Uta Steinkamp
Dienstag, 10.2.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 79,00 €

10602
Älter werden im Beruf – zufrieden und motiviert mit 55+
Eine Perspektive für die letzten Berufsjahre entwickeln

Der Arbeitsalltag in Kindertageseinrichtungen hat sich in den letzten zwei Jahrzehnten erheblich gewandelt: Jüngere (und damit betreuungsintensivere) Kinder, umfangreichere Betreuungszeiten, höhere (Qualitäts-) Ansprüche der Träger und Eltern und heterogenere pädagogische Teams. Kolleg/-innen mit verschiedenen Qualifikationen und unterschiedlichen Alters stehen vor der großen Herausforderung, den gestiegenen Anforderungen an die Einrichtung gemeinsam gerecht zu werden.
Diese Fortbildung widmet sich der Frage, wie Sie als ältere erfahrene Kolleg/-innen sich in diesem stark veränderten Arbeitsfeld erleben und wie es Ihnen gelingen kann, sich Ihre Freude an Ihrer Berufstätigkeit und Ihre Motivation für die verbleibenden Berufsjahre zu erhalten. Sie bietet Ihnen die Gelegenheit, sich mit gleichaltrigen Kollege/-innen über Ihre Erfahrungen auszutauschen und an der Entwicklung einer individuellen Perspektive für die nächsten Jahre zu arbeiten.

Silke Pumpenmeier und Annette Leibecke
Donnerstag, 23.4.15, 09:00 - 16:30 Uhr
Volkshochschule, 79,00 €

10603
Persistierende frühkindliche Reflexe
Frühkindliche Reflexe haben wichtige Funktionen während Schwangerschaft, Geburt und in der Babyzeit. Sie sollten jedoch mit Vollendung des 1. Lebensjahres abgebaut sein, so dass die Willkürmotorik dominiert. Wenn sie aus bestimmten Gründen fortbestehen, führt dies häufig zu spezifischen Problemen der Bewegung, der Wahrnehmung, des Lernens und Verhaltens. Schon im Kindergartenalter kann man auf Kinder mit diesen Problemen aufmerksam werden und gezielt reagieren bzw. fördernde Angebote machen. In der Fortbildung werden die aberranten Reflexe vorgestellt, auf die die Neurophysiologische Entwicklungsförderung zielt, ihre Waltezeit besprochen, es werden mögliche Ursachen der Störung und Auffälligkeiten im (Kita-)Alltag aufgezeigt, und Möglichkeiten der Förderung besprochen.

Traudel Fischer
Mittwoch, 11.3.15, 15:00 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, 32,00 €

Maßgeschneidert

Interessieren Sie sich für individuelle Weiterbildung für Ihre KiTa oder einen speziellen Kurs für eine Kleingruppe? Marianne Harms berät Sie gerne und macht Ihnen ein Angebot.
Telefon 0 43 21/7 07 69 95
m.harms@vhs-neumuenster.de

10604
Zahlen und Mengen – Eine Entdeckungsreise mit viel Bewegung
Kinder sind neugierig und stetig auf Entdeckungsreise. Die Welt der Kinder ist voll Muster, Strukturen, Zahlen und Mengen. Kinder haben große Freude an Bewegung und sie sind äußerst kreativ. Mit welchen Bewegungs- und Kreativangeboten unterstützen wir Kinder bei der Entdeckung mathematischer Strukturen? Wie bereiten wir unsere Angebote so auf, dass die Kinder Spaß haben, neugierig werden und aktiv bleiben? Die Fortbildung zeigt, wie wir mit einfachen Anregungen Kinder auf spannende Weise früh fördern und altersgerecht herausfordern können. Die Teilnehmer/-innen der Fortbildung probieren die vorgestellten Ideen und Anregungen selbst aus. Sie erfahren, wie sie diese in Ihre eigene Praxis umsetzen können.

Karl-Heinz Diestelmeier
Montag, 1.6.15, 09:00 - 16:00 Uhr
Volkshochschule, 79,00 €

10605
Lerngeschichte – als Dokumentation der Fähigkeiten beim Übergang des Kindes von der Kindertagesstätte zur Grundschule
Die Landesregierung Schleswig-Holstein gibt den Kindertagesstätten und Schulen den Auftrag zur Kooperation und zur Dokumentation der Fähigkeiten des Kindes beim Übergang. Für diese Dokumentation gibt es verschiedene Modelle. In dieser Veranstaltung möchten wir Ihnen ein Modell vorstellen, das mit wenigen, aber inhaltlich sehr wertvollen, Aussagen die Fähigkeiten des Kindes dokumentiert. Diese ‚Lerngeschichte' wird von den Mitarbeitenden der Einrichtung gemeinsam mit dem betreffenden Kind und seinen Eltern geschrieben und an die Schule weiter gegeben. Eine Arbeitsgruppe aus Erzieherinnen und Erziehern, Lehrkräften sowie Eltern hat diese Form erarbeitet, die sich als hilfreiche und aussagekräftige Dokumentation erwiesen hat, und nebenbei die zeitlichen Ressourcen der Mitarbeitenden in den Kitas und in den Schulen nicht übermäßig bindet. Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Fachdienst Frühkindliche Bildung und dem Schulamt der Stadt Neumünster statt.

Beate Eckhardt
Donnerstag, 4.6.15, 14:00 - 17:00 Uhr
Volkshochschule, 15,00 €

Qualifizierungen mit Zertifikat:

Qualifizierungslehrgang zur Fachkraft für Frühpädagogik
Diese Qualifizierung richtet sich an alle Mitarbeiter/-innen aus der Kindertagespflege und der Kindertagesbetreuung, die sich auf die Arbeit mit Kleinkindern (U3) vorbereiten bzw. ihre Kenntnisse vertiefen wollen. Umfang: 9 Module (freitags und samstags) verteilt auf 1 Jahr. Außerdem Arbeitsgruppentreffen zwischen den Blöcken. Insgesamt 120 Std.

Start: 13.11. und 14.11.2015
Leitung: Jörg Asmussen und Birgit Kasimir
Dann einmal monatlich
(freitags 16:00 - 19:15 Uhr/
samstags 09:00 - 16:00 Uhr), vhs Neumünster, 960,- € (Ratenzahlung möglich).
Weitere Informationen erhalten Sie bei
Marianne Harms (Tel: 04321-707 69 95)

Grundbildung

67001
Grundkurs Lesen und Schreiben
Erwachsene, die Deutsch als Muttersprache nicht oder nur unzureichend lesen und schreiben können, erhalten die Möglichkeit des nachträglichen Erlernens. Wenn Ihnen Menschen bekannt sind, die diesen Text nicht lesen können, machen Sie sie bitte auf diese Möglichkeit, das Lesen und Schreiben zu erlernen, aufmerksam. Die Kurse werden gefördert durch das Land Schleswig-Holstein und die Stadt Neumünster. Bei Fragen zu diesem Kurs wenden Sie sich bitte direkt an die Programmbereichsleitung!

Lieselotte Anhalt
dienstags und donnerstags,
10.2.15 - 5.5.15, 17:15 - 19:30 Uhr, 20x
Volkshochschule, gebührenfrei

Schulabschlüsse

V **67003V**
Informationsveranstaltung zum Externen Ersten allgemeinbildenden Schulabschluss (vormals Hauptschulabschluss)
Nach den Sommerferien beginnt wieder ein Vorbereitungskurs für den nachträglichen Erwerb des Ersten allgemeinbildenden Schulabschlusses (vormals Hauptschulabschluss. An diesem Abend werden wichtige Informationen über den Vorbereitungskurs an der Volkshochschule sowie die externe Prüfung gegeben. Weiterhin wird über die Inhalte, den Ablauf und die Finanzierung des Abendkurses gesprochen. Im Anschluss an die Veranstaltung sind Anmeldungen für diesen Kurs sowie Einzelgespräche möglich.

Marianne Harms
Donnerstag, 16.7.15, 17:00 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, gebührenfrei

V **67005V**
Sozial engagiert zum Mittleren Schulabschluss – Schulbildung und soziale Kompetenz in einem
Das Diakonische Werk und die Volkshochschule Neumünster bieten Menschen mit Hauptschulabschluss (jetzt Erster Allgemeinbildender Schulabschluss) die Möglichkeit, den Mittleren Schulabschluss zu erreichen und gleichzeitig einen Freiwilligendienst in einer sozialen Einrichtung zu absolvieren.
Das zweijährige Berufsorientierungs- und Bildungsprojekt startet im September 2015. Das Projekt sieht vor, dass die Teilnehmenden im Rahmen des Bundesfreiwilligendienstes 20 Wochenstunden in sozialen Einrichtungen der Diakonie – z.B. in der Kinderbetreuung, in der Altenbetreuung oder in sozialen Arbeitsprojekten – tätig sind und 16 Stunden in der Volkshochschule Neumünster Deutsch, Mathe, Englisch, Geschichte, Wirtschaft und Politik, Biologie und Physik lernen. Am Ende des zweijährigen Kurses finden die Externenprüfungen für den Mittleren Schulabschluss statt.
Voraussetzungen: Erster Allgemeinbildender Schulabschluss bzw. Hauptschulabschluss, erweiterte Grundkenntnisse in Englisch, eine tragfähige Grundbildung in Deutsch, Mathematik und Naturwissenschaften. Interessentinnen und Interessenten, die Deutsch nicht als Muttersprache haben, müssen sehr gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift nachweisen (entsprechend B1).
Die Schulpflicht des Landes Schleswig-Holstein muss erfüllt sein.
Begleitet werden die Teilnehmenden von Sozialpädagogen/innen der Diakonie Altholstein, die für persönliche Gespräche zur Verfügung stehen. Für die Teilnehmenden entstehen keine Schulkosten; für den Einsatz im Bundesfreiwilligendienst wird ein kleines Taschengeld gezahlt.
An diesem Abend werden umfangreiche Informationen über das Projekt, die Inhalte, den Ablauf und die Finanzierung gegeben. Im Anschluss an die Veranstaltung sind Einzelgespräche möglich.

Michaela Hoppe
Donnerstag, 26.3.15, 17:00 - 18:30 Uhr
Volkshochschule, gebührenfrei

Dozentenfortbildung

KL-Fortbildung: Kursleiter mit stimmiger Stimme!
Möchten Sie sich stimmlich weiterentwickeln? Sind Sie manchmal stimmlich angestrengt? Möchten Sie auch in größeren Räumen mühelos alle Zuhörer stimmlich erreichen? Dies und mehr vermittelt Ihnen die interne Fortbildung, ergänzt durch ein praktisches Aufwärmtraining und Übungen zur Regeneration Ihrer Stimme. Die Dozentin ist staatlich geprüfte Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin und zeigt Ihnen die funktionellen Zusammenhänge von Körper, Atmung und Stimme.

Sophia Siebicke
Freitag, 6.2.15, 15:00 - 18:00 Uhr
Volkshochschule, Für Kursleiter/-innen der vhs Neumünster kostenfrei. Bitte telefonische Anmeldung unter 04321-707 690





BE 67003V

Informationsabend „Lese-Rechtschreibschwäche“ – Förderangebot in Neumünster

Die Volkshochschulen in Neumünster und Henstedt-Ulzburg arbeiten seit vielen Jahren eng zusammen. Das neuste Kooperationsprojekt der beiden Weiterbildungseinrichtungen ist die Eröffnung eines gemeinsam betriebenen Legasthenieförderzentrums. Ab Januar 2015 besteht für Schüler/-innen in Neumünster die Möglichkeit, nach dem erfolgreichen Konzept der Volkshochschulen gezielt an ihren Schreib- und Leseproblemen zu arbeiten. Betroffenen Eltern wollen wir nun die Möglichkeit geben, sich über Lese-Rechtschreibschwäche im Allgemeinen, sowie über unser spezielles Förderangebot zu informieren.

Ramona Bücker
Montag, 19.1.15, 19:00 - 20:30 Uhr
Volkshochschule, gebührenfrei

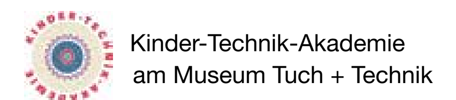
11206

Wasserspiele – Experimente für junge Wissenschaftler rund ums Wasser

für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren (und interessierte Erwachsene)

Habt ihr schon mal Wasser gespalten? Wieso schwimmt Metall? Wie bringt man Metall schneller zum rosten? Was lässt Flüsse schneller oder tiefer werden? Warum schadet das der Umwelt? Was ist eigentlich ein pH-Wert? Die Kursteilnehmer lernen anhand von vielen schnellen Experimenten zum Selbermachen, was zum Beispiel den Wellengang von Gewässern beeinflusst oder wie Tiere sich den Lebensumständen im Wasser anpassen. Ein Wasserquiz rundet dieses interaktive Seminar für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren sowie interessierte Erwachsene ab. Ziel des Nachmittags ist es, die Eigenschaften des Wassers eigenständig auf experimentielle Weise zu erkunden und die Bedeutung des Elementes Wasser für die Umwelt kennen zu lernen.

Dr. Rebecca Pflüger
Samstag, 11.4.15, 14:00 - 16:30 Uhr
8,20 €



11207

Erfinderworkshop „Aus ALT mach NEU“ Kinder-Technik-Akademie am Museum Tuch + Technik für Jugendliche von 10 bis 12 Jahren

Hast du dich schon mal gefragt, wie eine Stereoanlage, ein Toaster, eine elektrische Zahnbürste oder ein Radio von innen aussehen? Beim Erfinderworkshop schraubt ihr ALTE Geräte auseinander, um aus den noch brauchbaren Teilen etwas NEUES zu konstruieren. Wie wäre es mit einem Roboter, der dir den Kakao umrührt oder einem mechanischen Insekt oder einem sinnlosen Automaten, der blinkt und sich dreht. Keine eigenen Ideen? Kein Problem: Die Workshopleiter helfen dir gerne, deinen Erfindergeist zu wecken. Gerne können auch eigene kaputte Maschinen mitgebracht werden.

Johannes Krüger / Milan Drews
dienstags - freitags, 7.4.15 - 10.4.15,
09:00 - 13:00 Uhr, 4x
Museum Tuch + Technik, 15,00 €

11500

Ein gemeinsames Abenteuer erleben! Aktivtag für Großeltern und Enkel

(ab 10 Jahren)

Beim Aktivtag für Großeltern und Enkel geht es um gemeinsames Erleben von Spaß, Spannung und Abenteuer in der Natur. Generationsübergreifend werden sehr einfache Grundlagen von essentiellen Überlebenstechniken (Wasser – Wärme – Nahrung – Schutz) erklärt. Zwischen den Kursthemen werden altersgerechte Spiele und Ruhephasen durchgeführt, der Spaß soll jederzeit im Vordergrund stehen!

Bitte mitbringen: Wetterangepasste, lange Kleidung, festes Schuhwerk, ggf. Regenbekleidung, ggf. Kopfbedeckung, 1 Liter Trinkwasser

Jan Eisfeldt
Samstag, 28.3.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: Margaretenhof,
24634 Padenstedt
26,60 € für Erwachsene, für Kinder/Jugendliche gilt der ermäßigte Preis von 20,20 €.

11501

Survivaltricks für Kids - für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Beim „Survivaltricks für Kids“ geht es um Spaß, Spannung und Abenteuer in der Natur. „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr“... Getreu diesem Motto widmet sich dieser Kurs in erster Linie der kindgerechten Interessenwahrnehmung und in zweiter Linie der kindgerechten Schulung von Überlebenstechniken für Kinder. Es werden unter anderem Verhaltensregeln bei Unwetter und Verlaufen und sehr einfache Grundlagen von essentiellen Überlebenstechniken (Wasser - Wärme - Nahrung - Schutz) erklärt. Die Natur wird durch die Kinder in ihren vier Jahreszeiten sehr intensiv wahrgenommen. Zwischen den Kursthemen werden kindgerechte Spiele durchgeführt. Der Spaß steht jederzeit im Vordergrund.

Bitte mitbringen: Wetterangepasste, lange Kleidung, festes Schuhwerk, ggf. Regenbekleidung, ggf. Kopfbedeckung, 1 Liter Trinkwasser

Jan Eisfeldt
Samstag, 27.6.15, 10:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt:
20,20 €

20607

Keramik Werkstatt für Kinder „Frühlingsentdecker“ für Kinder ab 5 Jahren

In Kooperation mit dem Künstlerhaus Stadttöpferei

Liebe Kinder! Zum Frühlingsanfang seid ihr eingeladen in der Stadttöpferei Eure Naturentdeckungen in Ton festzuhalten. Wir wollen die ersten grünen Blätter und bunten Blüten oder die aus dem Winterschlaf erwachten Tiere selbst gestalten. Eine Entdeckungstour durch den Garten der Stadttöpferei darf natürlich nicht fehlen.

Bitte mitbringen: geeignete Kleidung
Die Materialkosten in Höhe von 15,00 € pro Kind sind bei der Kursleitung zu bezahlen.

Danijela Pivasevic-Tenner
Mittwoch, 18.3.15, 14:00 - 17:00 Uhr
Donnerstag, 19.3.15, 14:00 - 17:00 Uhr
Künstlerhaus Stadttöpferei, 20,20 €

Freier kreativer Kindertanz für Kinder
Spielerisches Bewegen und tänzerisches Darstellen ist gerade für Kinder ein geeignetes und beliebtes Ausdrucksfeld. Mit Hilfe musikalischer, tänzerischen und spielerischen Übungen kommen die Kinder gezielt in Bewegung und entdecken ihre Bewegungsqualitäten, fördern die Phantasie und Kreativität. Die Kinder lernen ihren Körper und seine Bewegung als Ausdrucksmittel einzusetzen. Außerdem werden Vorstellungskraft und Kommunikationsfähigkeit gefördert.
Bitte mitbringen: Sport/-Gymnastikkleidung, rutschfeste Socken, Getränk

 **20925**
für Kinder von 4 bis 6 Jahren
Nia Dominique Frahm
montags, ab 23.2.15,
15:00 - 15:45 Uhr, 6x
Volkshochschule, 15,40 €, Kleingruppe

 **20926**
für Kinder von 7 bis 10 Jahren
Nia Dominique Frahm
montags, ab 23.2.15,
16:00 - 16:45 Uhr, 6x
Volkshochschule, 15,40 €, Kleingruppe

 **21311**
Kreatives Nähen
„The Kids & Teens“- Nähkurs
für Jugendliche von 10 bis 14 Jahren
Wer hat Lust und Zeit auf eine neue Herausforderung für seine „Fashion World“? Der kann seinen Lifestyle in diesem Kurs in entspannter Atmosphäre verwirklichen. Hier wird es bunt, schrill oder lässig - von Kissen, Tasche/Kosmetik, Handy... bis hin zu Chaps, Stulpen oder auch verspielten, trendigen Moderöcken, Freizeithosen...
Hier können eigene Ideen unter fachkundiger Anleitung verwirklicht werden. Gemeinsame Ideen, Kreativität und Spaß kennen hier keine Grenzen und stehen im Vordergrund. Wenn erforderlich ist vor Kursbeginn telefonische Rücksprache möglich. Der Kurs kann alleine oder in Begleitung besucht werden und richtet sich an Anfänger und Anfänger mit geringen Vorkenntnissen.
Bitte mitbringen: eigene Nähmaschine, Stoff, evtl. schnittscharfe Schere, Näh- und Stecknadeln, passendes Nähgarn, Maßband sowie Papier oder Folie zum Durchpausen von Schnittmustern

Marita Nagel
montags, ab 23.2.15, 15:30 - 17:45 Uhr, 8x
Volkshochschule, 58,60 €, Kleingruppe

30008
Tipps zum leichter lernen
für Jugendliche von 12 bis 15 Jahren
An diesem Nachmittag werden Tipps gezeigt, wie das Lernen leichter fallen kann z.B. für Vokalbeltests, Prüfungen oder Klassenarbeiten. Es werden Selbsthilfetechniken gezeigt und erlernt, mit denen man das Wissen entspannter in den Kopf bekommt. Dazu werden Hilfsmaterialien erstellt, die einem dabei helfen können – sogar über die Schulzeit hinaus.
Bitte mitbringen: Schreib- und farbige Stifte

Monika Ramzani
Samstag, 25.4.15, 14:00 - 17:15 Uhr
Volkshochschule, 12,60 €
In der Kursgebühr sind Materialkosten für Hilfsmittel (Karten und Folien) in Höhe von 2,00 € enthalten.

30200
Bewegung XL für Teens
„Ran an den Speck“
für Jugendliche von 10 bis 14 Jahren
Dieser Schnupper-Kurs richtet sich speziell an pfundige Kids. Gemeinsam wollen wir in einer geschützten Atmosphäre den Spaß und die Freude an der Bewegung entdecken. Spezielle Übungen und Spielformen sollen zur Steigerung von Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein für diese Zielgruppe beitragen. Abgerundet wird das Programm durch eine kleine Theorie-Einheit rund um das Thema Gesunde Ernährung.
Bitte mitbringen: Sportkleidung, Sportschuhe, Schreibmaterial

Ann-Marie Ludwig
montags, ab 9.2.15, 17:00 - 18:30 Uhr, 8x
Volkshochschule, 39,40 €, Kleingruppe

Abmeldungen
Bitte denken Sie daran, sich rechtzeitig in der Geschäftsstelle – nicht bei der Kursleitung – abzumelden,
wenn Sie nicht mehr teilnehmen können.

Psychomotorik – Bewegung für Kinder
Bewegung ist für alle Kinder ein notwendiges Element für ihre persönliche, intellektuelle und soziale Entwicklung. Kinder brauchen bewegte und bewegende Erlebnisse, um den eigenen Körper und damit sich selbst kennen zu lernen, um soziale Kontakte zu knüpfen und so ein positives Selbstbild aufzubauen. Dieses psychomotorische Gruppenangebot bietet hierfür den Rahmen und ist genau auf diese Bedürfnisse zugeschnitten. Psychomotorik ist Entwicklungs- und Gesundheitsförderung durch Bewegung! Der Begriff „Psychomotorik“ verdeutlicht den engen Zusammenhang zwischen Psyche und Motorik. Psychomotorik begleitet, unterstützt und fördert Kinder in ihren Entwicklungsphasen. Psychomotorik ist Persönlichkeitsbildung. Über unterschiedliche Bewegungs- und Spielangebote bekommen die Kinder die Möglichkeit sich auszuprobieren, sich zu erleben und zu experimentieren.
Bitte mitbringen: Sport/-Gymnastikkleidung, Getränk

 **30203**
für Kinder von 4 bis 6 Jahren
Nia Dominique Frahm
mittwochs, ab 18.2.15,
15:00 - 15:45 Uhr, 6x
Volkshochschule, 15,40 € , Kleingruppe

NEU **30204**
für Kinder von 7 bis 10 Jahren
Nia Dominique Frahm
mittwochs, ab 18.2.15,
16:00 - 16:45 Uhr, 6x
Volkshochschule, 15,40 €, Kleingruppe

50235
Internet Surf-Pass für Kinder
für Jugendliche von 10 bis 14 Jahren
Eine Reise durch das Internet mit interessanten Adressen und witzigen Suchmaschinen. Wir sammeln Infos aus dem Internet, laden unsere Lieblingsfotos herunter und zeigen den anderen unser bestes Kinderspiel. Natürlich testen wir die Spiele auch!

Ingrid Otto-Kaiser
mittwochs, ab 8.4.15, 09:00 - 12:30 Uhr, 2x
Volkshochschule, 19,20 €, inkl. USB-Stick



Leitbild der vhs Neumünster

1. Wer wir sind

Wir sind eine staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung, organisiert als Teil des Kiek in!, einer Anstalt öffentlichen Rechts der Stadt Neumünster.

2. Unsere Vision

Wir möchten allen Bürger/-innen der Region Neumünster ermöglichen, ihr Recht auf Bildung wahrzunehmen. Bildung ist das höchste Kulturgut. Sie ermöglicht nicht nur Fortschritt und Wachstum in Politik und Wirtschaft, sondern eröffnet dem Einzelnen Möglichkeiten, die eigene Persönlichkeit zu entwickeln und zu entfalten. Mit individuellen, zuverlässigen und immer wieder neuen Bildungsangeboten möchten wir diese Prozesse vorbereiten und begleiten.

3. Unser Auftrag

Wir wollen, dass das Lernen in unserem Haus gelingt. Dafür möchten wir die Lernenden bei der Auswahl von Weiterbildungsangeboten im Hinblick auf ihre Lernziele unterstützen. Sie sollen ihre individuellen beruflichen und privaten Lernziele erreichen und motiviert durch die Erfolge und den damit verbundenen Spaß am Lernen diesen Weg weitergehen.

Die Förderung des Themas ‚Bildung', beispielsweise durch den Anschluss an regionale Netzwerke, ist für uns ein zentraler Arbeitsauftrag. Hierfür kooperieren wir auch mit verschiedenen Organisationen, Vereinen, Verbänden, privatwirtschaftlichen Unternehmen und öffentlichen Einrichtungen. Unser Angebot ermöglicht unseren Kunden somit auch, sich für den ständig verändernden Arbeitsmarkt zu qualifizieren.

Wir unterstützen Arbeits- und Ausbildungssuchende sowie Menschen, die sich beruflich verändern wollen, bei der Eingliederung in den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt.

Mit unserem Bildungsauftrag setzen wir uns für übergeordnete Ziele, wie Chancengleichheit und Verantwortungsbewusstsein, für eine gesunde Umwelt und ein friedliches Miteinander, durch Bildung und Aufklärung ein.

4. Unsere Werte

Entsprechend dem Gleichheitsgrundsatz richten sich unsere Bildungsangebote an alle Interessierten. Alter, Geschlecht, Nationalität, gesundheitliche Hintergründe und der aktuelle Bildungsstand stehen einer Teilnahme an unseren Bildungsveranstaltungen nicht im Wege. Das gemeinschaftliche Lernen in der vhs Neumünster ist durch ein demokratisches, tolerantes Grundverständnis gekennzeichnet. Die vhs ist konfessionell und parteipolitisch unabhängig.

5. Unser Know How

Im Rahmen unserer Bildungsarbeit organisieren wir vielfältige Bildungsangebote. Schon im Vorwege bieten wir Interessierten Informationen zu den Bildungsveranstaltungen und Abschlüssen. Diese können durch unser Programmheft, online über die Homepage der vhs oder in einem persönlichen Gespräch eingeholt werden. Außerdem beraten wir Interessierte gerne bei der Auswahl einer für sie passenden Weiterbildung. Unsere pädagogisch ausgebildete Programmbereichsleitung wählt qualifizierte Kursleiter-/innen aus und unterstützt diese in ihrer pädagogischen Arbeit. Für Wünsche, Fragen und Anregungen seitens der Teilnehmer/-innen, Kursleiter/-innen und Gäste steht das vhs-Team stets als Ansprechpartner zur Verfügung.

Für unsere Lernenden bemühen wir uns um individuelle, flexible Lernarrangements. Unsere Arbeitsweise orientiert sich an den Bedürfnissen der Lernenden. Schnelle und unbürokratische Lösungen sollen eine störungsfreie Fokussierung auf die Lernerfolge ermöglichen.

Wir wissen, wie man Menschen weiterbildet. Und wir wissen, wie wir uns weiterbilden. Deshalb legen wir auf die Fortbildung unserer Mitarbeiter/-innen sowie auf Seminarrückmeldungen durch die Teilnehmenden und Kursleiter/-innen großen Wert. Die fortlaufende Evaluierung dieser Rückmeldungen macht es uns möglich, uns stets an den Interessen der Lernenden zu orientieren und die Qualität unserer Bildungsangebote weiterhin zu verbessern.

Gartenstraße 32 · 24534 Neumünster · Tel: 0 43 21 – 7 07 69-0 · www.vhs-neumuenster.de · eMail: info@vhs-neumuenster.de

An-, Ab- und Ummeldungen sind grundsätzlich über die Geschäftsstelle der Volkshochschule vorzunehmen.
Zustandekommen der Veranstaltungen
Die Anmeldungen werden von der vhs nicht bestätigt und Sie erhalten keine Benachrichtigung über den jeweiligen Kursbeginn (diesen entnehmen Sie bitte dem vhs Programm). Ist die Mindestteilnehmerzahl bis 10 Tage vor Beginn einer Veranstaltung (bei besonderer Kennzeichnung bis zum Anmeldeschluss) nicht erreicht, wird die Veranstaltung abgesagt und die Teilnehmer/-innen erhalten eine Benachrichtigung.
Pausenzeiten: Bei ganztägigem Unterricht ist in der Regel eine Pause von 60 Minuten enthalten.
Kleingruppe: Kleingruppe (max. 11 Personen können an diesen Kursen teilnehmen)
Materialkosten: Materialkosten sind nicht in dem Kursentgelt enthalten. Die Geldbeträge werden von der Kursleitung extra eingesammelt.
Auszug aus der Entgeltsordnung für die Volkshochschule Neumünster. Die komplette Fassung ist bei der Volkshochschule, Gartenstraße 32, einzusehen.

§3 Teilnahmevoraussetzung und Anmeldeverfahren
(1) Die Teilnahme an einer Veranstaltung setzt grundsätzlich eine verbindliche Anmeldung voraus.
(2) Diese kann mit der Anmeldekarte des vhs-Programmheftes, per Fax oder über das Internet mit dem Online-Anmeldeformular der vhs bzw. per E-Mail erfolgen.
(3) Zu den Veranstaltungen können sich grundsätzlich nur Personen anmelden, die das 15. Lebensjahr vollendet haben.
Hiervon ausgenommen sind besonders gekennzeichnete Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche, sofern die Erziehungsberechtigten selbstschuldnerisch die Verpflichtung übernommen haben, für die fälligen Entgelte aufzukommen.

Widerrufsrecht
Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an: Volkshochschule Neumünster, Gartenstraße 32, 24534 Neumünster, Mail: info@vhs-neumuenster.de, Fax: 04321-4199699.

§4 Abmeldungen
(1) Sofern die/der Teilnehmende an einer Veranstaltung, zu der sie/er sich angemeldet hat, nicht (mehr) teilnehmen kann, ist die vhs davon unverzüglich schriftlich zu informieren. Die Zahlungspflicht für das Entgelt kann in diesem Falle ganz oder anteilig erlassen werden, wenn für die Abmeldung schwerwiegende Gründe (z.B. langfristige Erkrankung, Umzug in eine entfernt liegende Gemeinde) nachgewiesen worden sind und unter Berücksichtigung der besonderen Umstände des Einzelfalles die Zahlung des Entgelts für die/den Teilnehmende/n eine besondere Härte bedeuten würde.
Eine Erstattung entfällt, wenn die vhs auf Grund der Anmeldung bereits ihrerseits Verpflichtungen gegenüber Dritten eingegangen ist und diese nicht mehr rückgängig gemacht werden können.

§5 Allgemeine Entgelte
(1) Für die Inanspruchnahme der von der vhs durchgeführten Veranstaltungen und der von ihr erbrachten sonstigen Leistungen werden Entgelte nach Maßgabe der Anlage dieser Benutzungs- und Entgeltsordnung erhoben, sofern diese nicht kostenlos angeboten werden.
(2) Die Entgelte für die Veranstaltungen der vhs sind grundsätzlich nach Zeiteinheiten à 45 Minuten berechnet. Das für eine Veranstaltung insgesamt zu zahlende Entgelt wird im Programmheft oder im Internet für das jeweilige Semester ausgewiesen.
(3) Soweit bei einer Veranstaltung Kosten für spezielle sächliche und/oder personelle Ausstattungen, bei verminderter Zahl der Teilnehmenden, bei erhöhten Honorarkosten oder Arbeits-und Verbrauchsmaterial entstehen, ist die vhs berechtigt, gegenüber der/dem Teilnehmenden zusätzlich zu den Entgelten einen anteiligen Kostenbeitrag geltend zu machen.
(4) Für Vorträge, Exkursionen, Studienfahrten und Sonderveranstaltungen werden unter Berücksichtigung betriebswirtschaftlicher Gesichtspunkte kostendeckend kalkulierte Entgelte erhoben.

§6 Ermäßigungen
(1) Für Schülerinnen/Schüler, Auszubildende, Studierende, Schwerbehinderte ab 80 %, Au-Pairs sowie Inhaberinnen/Inhaber und des Neumünster-Passes wird auf Antrag – vorbehaltlich der nachfolgenden Bestimmungen – das jeweilige Entgelt um 25 % ermäßigt. Kindern und Jugendlichen, die das 15. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, wird in Übereinstimmung mit § 3, Abs. 3 dieser Entgeltsordnung eine Ermäßigung in Höhe von 25% nach Vorlage des Neumünster-Passes gewährt.
(2) Der Ermäßigungsgrund ist durch eine entsprechende Bescheinigung grundsätzlich schon bei der Anmeldung, spätestens jedoch 14 Tage vor Beginn der jeweiligen Veranstaltung nachzuweisen. Eine nachträgliche Ermäßigung der Entgelte ist nicht möglich.
(3) Sofern das fällige Entgelt von Dritten (z.B. Arbeitgebern) für die/den Teilnehmende/n übernommen wird, ist eine Ermäßigung ausgeschlossen.
(4) Eine Ermäßigung wird ferner für folgende Veranstaltungen nicht gewährt:
a) Exkursionen
b) Studienfahrten
c) Prüfungen
d) Sonderkurse, -seminare
(5) Die Leitung der vhs kann in Ausnahmefällen das fällige Entgelt weitergehend ermäßigen oder ganz erlassen sowie für spezielle Kurse bzw. Seminare, Vorträge und sonstige Einzelveranstaltungen eine Ermäßigung ausschließen.
(6) Auf Material- und Lehrmittelkosten werden keine Ermäßigungen gewährt.

§7 Zahlungspflicht
(1) Die Zahlungspflicht für die Entgelte entsteht mit dem Eingang der Anmeldung bei der vhs. Sie entfällt, wenn sich die/der Teilnehmende 10 Tage vor Beginn einer Veranstaltung mit mehreren Terminen schriftlich bei der vhs abgemeldet hat.
(2) Schuldnerin/Schuldner ist die/der Anmeldende bzw. die/der Teilnehmende.
(3) Die Entgelte für die Kurse und Seminare mit mehreren Terminen werden in einer Summe, binnen einer Woche nach Erhalt der Rechnung, fällig, soweit sie nicht abgebucht werden. Bei den übrigen Veranstaltungen werden die Entgelte vor Beginn der jeweiligen Veranstaltung bzw. zu dem von der Leitung der vhs bestimmten Zeitpunkt fällig.
(4) Rückständige Entgelte können gemäß §14 KAG im Verwaltungswege beigetrieben werden.

§8 Teilnahmebescheinigungen
(1) Soweit dies im Programmheft der vhs vermerkt ist, wird eine Teilnahmebescheinigung für den Kurs ausgestellt.
(2) Ansonsten werden Teilnahmebescheinigungen sowie Zweitausfertigungen nur auf Anforderung ausgestellt und können bei der vhs abgeholt werden.
(3) Die Ausstellung einer Teilnahmebescheinigung kann nur bis zu einem Jahr nach der Veranstaltung beantragt werden.

Anlage zur Benutzungs- und Entgeltsordnung für die Volkshochschule der Stadt Neumünster

1. Allgemeine Kurse und Seminare
1.1 Allg. Kurs, Seminar mit mindestens 10 Teilnehmenden 2,60 Euro pro im Programmheft ausgewiesene(m) Unterrichtseinheit/Termin (45 Minuten)
1.2 Allg. Kurs, Seminar mit weniger als 12 Teilnehmenden (Kleingruppe) Kostendeckendes Entgelt unter Beachtung betriebswirtschaftlicher Gesichtspunkte
1.3 EDV-Kurs (ab 4 UE im Block), mindestens 10 Teilnehmende 3,70 Euro pro im Programmheft ausgewiesene Unterrichtseinheit (45 Minuten)
1.4 Kompaktkurs (ab 4 UE im Block), mindestens 8 Teilnehmende 4,20 Euro pro im Programmheft ausgewiesene Unterrichtseinheit (45 Minuten)
1.5 Bildungsurlaubsseminar, mindestens 8 Teilnehmende 4,70 Euro pro im Programmheft ausgewiesene Unterrichtseinheit (45 Minuten)
1.6 Alphabetisierungskurs (Deutsch als Muttersprache) 0,00 Euro
1.7 Spezielle Kurse für Kinder und Jugendliche, die das 15. Lebensjahr noch nicht vollendet haben 2,40 Euro pro im Programm ausgewiesener Unterrichtseinheit

2. Arbeitsgemeinschaften
2.1 vhs Sternwarte, 20,00 Euro jährlich

3. Spezielle Kurse und Sonderveranstaltungen
3.1 Vorträge und sonstige Einzelveranstaltungen, Kostendeckendes Entgelt (mindestens 6,00 Euro) unter Beachtungbetriebswirtschaftlicher Gesichtspunkte
3.2 Exkursionen, Kostendeckendes Entgelt unter Beachtung betriebswirtschaftlicher Gesichtspunkte
3.3 Studienfahrten, Kostendeckendes Entgelt unter Beachtung betriebswirtschaftlicher Gesichtspunkte

4. Sonstiges
4.1 Spezielle Ausstattungen, Arbeits- und Verbrauchsmaterial für Kurse, Seminare, Exkursionen und Studienfahrten, Kostendeckendes Entgelt, Anteilige Kosten pro Teilnehmende
4.2 Bearbeitungspauschale bei der Abmeldung von einer Veranstaltung, 5,00 Euro
4.3 Fehlgeschlagene Kontoabbuchung auf Grund einer Einzugsermächtigung, Kostendeckendes Entgelt in Höhe der jeweiligen Bankgebühren
4.4 Bei jeder Kursbelegung (ausgenommen sind Vorträge, Kinderkurse sowie Sonderprogramme für bestimmte, mit Drittmitteln geförderte Zielgruppen) wird pauschal ein Kostendeckungsbeitrag erhoben in Höhe von 1,00 Euro

Einzahlungen:
Sparkasse Südholstein
Konto-Nr. 28 004 885, BLZ 230 510 30
IBAN DE152305 10300028004885
BIC NOLADE21SHO

Zahlungsweise:
Sofern kein SEPA-Lastschriftmandat erteilt wurde, ist die Kursgebühr binnen einer Woche nach Erhalt der Rechnung durch Überweisung zu entrichten. Bitte geben Sie auch unbedingt die Buchungsnummer an.
Sonstiges:
Wir weisen darauf hin, dass für Garderobe, die beim Besuchen von vhs-Kursen und anderen vhs-Veranstaltungen entwendet wird, keine Haftung übernommen wird. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass das Rauchen in den von uns genutzten Schulgebäuden sowie im Kiek in nicht gestattet ist.

Änderungen der Kursleitung, der Kurstermine und des Veranstaltungsortes bleiben vorbehalten.

Ein Hinweis für unsere behinderten Teilnehmerinnen und Teilnehmer: Wir freuen uns, wenn unsere Kursangebote Ihr Interesse finden. Sowohl das Gebäude in der Gartenstraße und die Theodor-Litt-Schule sind behindertengerecht ausgestattet.

Impressum:
Herausgeber: Kiek in AöR Bereich Volkshochschule
Verantwortlich für den Inhalt: Dr. Björn Otte
Koordination und Schlussredaktion: Marianne Harms
Foto Titel: vhs Neumünster
Fotos Innenteil: privat
Satz, Druck und Anzeigen: sh:z, Schleswig-Holsteinischer Zeitungsverlag GmbH & Co.KG
Karte: Daten von OpenStreetMap
http://www.openstreetmap.org;
veröffentlicht unter ODbL
http://opendatacommons.org/licenses/odbl



Volkshochschule
Neumünster
Gartenstraße 32
24534 Neumünster

Tel. 04321 70769-0
Fax: 04321 41996-99
info@vhs-neumuenster.de
www.vhs-neumuenster.de

Anmeldung für Kurse an der Volkshochschule Neumünster

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Veranstaltung(en) an

vhs-Kurs

1 Kurs-Nr. ______ Kurstitel ______ Gebühr ______

2 Kurs-Nr. ______ Kurstitel ______ Gebühr ______

3 Kurs-Nr. ______ Kurstitel ______ Gebühr ______

4 Kurs-Nr. ______ Kurstitel ______ Gebühr ______

Kursteilnehmer

Vorname ______ Nachname ______

Straße ______ PLZ/Ort ______

Telefon tagsüber ______ E-Mail ______

Geburtstag ______ Geschlecht ◯ männlich ◯ weiblich

◯ Zahlung per Rechnung ◯ Zahlung per Lastschrift ◯ SEPA-Lastschriftmandat liegt bereits vor

Antrag auf Ermäßigung als:

Die entsprechenden **Nachweise** müssen **mit der Anmeldung vorgelegt** oder als Kopie beigefügt werden, spätestens jedoch 14 Tage vor Kursbeginn. **Eine nachträgliche Ermäßigung** der Entgelte ist **nicht möglich.** Die Anmeldung wird nicht bestätigt. Sie erhalten nur dann eine Nachricht, wenn ein Kurs nicht stattfindet.
Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Teilnahme-Bedingungen der vhs Neumünster an (siehe auch Auszug auf der Rückseite).

◯ **Schüler/in**
◯ **Student/in**
◯ **Auszubildende/r**
◯ **Wehr-/Zivildienstleistender**
◯ **Schwerbehinderter ab 80 %**
◯ **Au Pair**
◯ **Inhaber des NMS-Passes**

______
Ort, Datum, Unterschrift(en)



Volkshochschule
Neumünster
Gartenstraße 32
24534 Neumünster

Tel. 04321 70769-0
Fax: 04321 41996-99
info@vhs-neumuenster.de
www.vhs-neumuenster.de

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandates

Zahlungsempfänger
Kiek in! Anstalt öffentlichen Rechts der Stadt Neumünster (Geschäftsbereich Volkshochschule), Gartenstraße 32, 24534 Neumünster
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE59ZZZ00000506120
Mandatsreferenz: erhalten Sie mit der Rechnung

______
Nachname, Vorname (Kontoinhaber)

______
Straße, Hausnummer

______
Postleitzahl, Wohnort

SEPA-Lastschriftmandat
Ich ermächtige die Kiek in! Anstalt öffentlichen Rechts der Stadt Neumünster (Geschäftsbereich Volkshochschule), Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Kiek in! Anstalt öffentlichen Rechts der Stadt Neumünster (Geschäftsbereich Volkshochschule) auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.
Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

______ Kreditinstitut
_ _ _ _ _ _ _ _ /_ _ _ BIC (max 11 Zeichen)

DE _ _/_ _ _ _/_ _ _ _/_ _ _ _/_ _ _ _/_ _
IBAN

______
Ort, Datum, Unterschrift(en)

Volkshochschule
Neumünster
Gartenstraße 32
24534 Neumünster

Tel. 04321 70769-0
Fax: 04321 41996-99
info@vhs-neumuenster.de
www.vhs-neumuenster.de



Informationen zur SEPA-Umstellung
SEPA – **S**ingle **E**uro **P**ayments **A**rea

Was bedeutet SEPA?
SEPA (**S**ingle **E**uro **P**ayments **A**rea) ist die Vereinheitlichung des Euro-Zahlungsverkehrs, insbesondere von Überweisungen und Lastschriften. Der SEPA-Raum umfasst alle Mitgliedsstaaten der Europäischen Union und des Europäischen Wirtschaftsraumes sowie die Schweiz und Monaco.

Ziele von SEPA
Überweisungen und Lastschriften in SEPA-Ländern erfolgen künftig ebenso schnell und günstig wie inländische Zahlungen. Im SEPA-Raum sollen für Kunden keine Unterschiede mehr zwischen nationalen und grenzüberschreitenden Zahlungen erkennbar sein.

Wann war die Umstellung auf SEPA?
Zum 1. Januar 2014 haben wir unser bisheriges Lastschriftverfahren auf das einheitliche SEPA-Basis-Lastschriftverfahren umgestellt.

Was ändert sich für Sie?
Wenn Sie uns zukünftig ein SEPA-Lastschriftmandat erteilen, ist dieses für alle Kursentgelte gültig.
Sie brauchen uns dann bei den Anmeldungen zu weiteren Kursen nur noch mitteilen, dass bereits ein Lastschriftmandat vorliegt, ohne erneut Ihre Bankverbindung angeben zu müssen.
Das Lastschriftmandat wird durch Ihre individuelle Mandats-Referenznummer und unsere Gläubiger-Identifikationsnummer (Gläubiger-ID: DE59ZZZ00000506120) gekennzeichnet.

Die Nummern finden Sie auf allen Lastschriftbenachrichtigungen (per Rechnung) und auf den Lastschrifteinzügen. Ihre Mandats-Referenznummer wird von uns vergeben.

Grundlage
Im Juni 2010 hat der Bundesgerichtshof die Rechtsprechung zur Einzugsermächtigungslastschrift in der Insolvenz vereinheitlicht und einen Weg zur Fortentwicklung der Einzugsermächtigungslastschrift in eine (vor)autorisierte Zahlung aufgezeigt. Die Kreditwirtschaft wurde dadurch in die Lage versetzt, durch die Anpassung ihrer Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) eine Nutzung der Einzugsermächtigung als SEPA-Basis-Lastschriftmandat zu ermöglichen.
Die am 9. Juli 2012 in Kraft getretenen AGB-Änderungen der Banken und Sparkassen gelten sowohl für bereits in der Vergangenheit erteilte Einzugsermächtigungen als auch solche, die nach der AGB-Änderung erteilt werden.

Volkshochschule
Neumünster
Gartenstraße 32
24534 Neumünster

Tel. 04321 70769-0
Fax: 04321 41996-99
info@vhs-neumuenster.de
www.vhs-neumuenster.de

vhs Volkshochschule Neumünster

Bitte beachten Sie unsere Teilnahmebedingungen sowie die Benutzungs- und Entgeltsordnung

Die nachfolgend abgedruckten Bedingungen regeln bei Beachtung einen reibungslosen Ablauf und erleichtern das Miteinander.

SEPA-Lastschriftmandat
Wenn mein/unser Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Institus keine Verpflichtung zur Einlösung. Teileinlösungen werden im Lastschriftverfahren nicht vorgenommen. Bei eventuellen Erstattungen bin ich/sind wir einverstanden, dass das angegebene Konto auch hierfür verwendet wird. Mir/uns ist bekannt, dass die Erteilung des SEPA-Mandats nicht verpflichtend ist. Vor dem ersten Einzug einer SEPA-Basis-Lastschrift wird die Kiek in! Anstalt öffentlichen Rechts der Stadt Neumünster (Geschäftsbereich Volkshochschule) mich/uns über den Einzug in geeigneter Weise (mittels Zusatz im Bescheid, Rechnung o. ä.) unterrichten.
Gläubiger-ID: DE59ZZZ00000506120, Kiek in! Anstalt öffentlichen Rechts der Stadt Neumünster (Geschäftsbereich Volkshochschule), Gartenstraße 32, 24534 Neumünster.

Anmeldung
Eine Anmeldung kann nur schriftlich per Anmeldeformular, Fax, Internet, E-Mail oder in der vhs-Geschäftsstelle erfolgen. Mit der schriftlichen Anmeldung werden unsere Teilnahmebedingungen anerkannt. Sie verpflichten sich damit zur Zahlung der Kursgebühr.

Widerrufsrecht
Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 i.V.m. § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB i.V.m. Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an: o.g. Adresse, E-Mail: info@vhs-neumuenster.de, Fax: 0 43 21 / 4 19 96 99.

Abmeldung
Eine Abmeldung muss ebenfalls schriftlich vorliegen. Im Falle einer Kostenerstattung wird für die Abmeldung eine Bearbeitungspauschale fällig.

Kursgebühren
Die Bezahlung der Kursgebühren kann per Bankeinzug oder durch Überweisung erfolgen.
Die Abbuchung der Kursgebühren erfolgt erst, wenn die Durchführung des Kurses gesichert ist.
Der Bankeinzug erfolgt per SEPA-Lastschrift zum nächstliegenden Abbuchungsdatum, jeweils der 2., 12. oder 22. eines Monats, vor Kursbeginn von ihrem Konto. Bei Nichteinlösung der Lastschrift, die nicht auf fehlerhaftes Verhalten unsererseits zurückzuführen ist, wird einige Tage später die Lastschrift wiederholt. In diesem Fall können Ihnen weitere Kosten entstehen.

Ermäßigung
Ermäßigungen werden bis zu 25 % gewährt. Die Nachweise sind grundsätzlich schon bei der Anmeldung, spätestens jedoch 14 Tage vor Beginn der jeweiligen Veranstaltung nachzuweisen.
Eine nachträgliche Ermäßigung ist nicht möglich.
Sofern das fällige Entgelt von Dritten übernommen wird, ist eine Ermäßigung ausgeschlossen.

Probeabende
Es gibt keine Probeabende. Ein Kursbesuch und die Eintragung in die Teilnehmerliste wird einer Anmeldung gleichgesetzt.
Die vollständige Benutzungs- und Entgeltsordnung kann in der Geschäftsstelle der Volkshochschule, Gartenstraße 32, 24534 Neumünster während der Öffnungszeiten eingesehen werden.

Sollten Sie Fragen haben über die Inhalte der Kurse oder welcher Kurs der richtige für Sie ist, wenden Sie sich an uns. Im vorderen Programmteil sind die Zeiten der vhs-Geschäftsstelle ausgewiesen.
Wir stehen für Ihre Fragen gern zur Verfügung.